

伊佐の魅力を発信！

地域おこし協力隊 VOICE



にしがみひろき

に捨てられていた仁王像を若者たちが引き上げてきて元の場所に据えた時、うっかり左右を間違えてしまったようなのです。周りの人が間違いに気づいてからも何となくそのままなのだとか…。

なんとテゲテゲなエピソード！この話を聞いて私はまた八幡神社が好きになりました。

話は変わりますが、先日の地域おこし協力隊のふれあい講座『SLAM DUNK 読解』の中で受講生のみなさんに「周りが桜木花道を『超問題児』として受け入れられたのはなぜでしょう？」と問うたのです

が、その時も「テゲテゲ」という言葉が出てきました。



『SLAM DUNK!』には、

心根が優しく、懐の深い登場人物がたくさん出てきます。きつと作者の井上雄彦さん自身、この伊佐の地でたくさんテゲテゲな大人たちに囲まれて育ったんだらうなあ。

〈お知らせ〉

今年のだれやめ狂言『大工の落書』の公演は、八幡神社

の社務所再建に合わせ秋以降に実施します。日程が決まり次第広報いきでお知らせします。お楽しみに！

(西上 寛樹)



たべにあつひろ

今月は活動も3年目、迫る卒業後の独立に焦りを感じている田畑がお送りします。原稿執筆中の私は、そんな独立に向け自身の工房物件を探しつつ、8月26日に控える革小物教室に向け準備を進めております。今回はそんな革小物教室に触れつつ、畜産動物の産物たる革そのものについて書いてみます。

先日、縁あって伊佐農林高校の副産物活用の授業にお邪魔し、拙いながら革について語らせていただきました。その交流を通じて、普段の生活では革の知識を得る機会がありません。元々小物や靴に使う革

は、食用家畜からの副産物が主であって、彼らの産物を捨てることなく活用する流れの一環です。畜産も盛んな伊佐市だからこそ、食べ物以外の部位、革の魅力や活用法が少しでも広まるとうれしく思います。



ご自身の手で、皮小物を作ってみませんか？



(田畑 敦大)

佐野 菱刈前目のたのかんさあの置物も制作はじめました！



連日大雨に見舞われましたが、蓼藍も綿も元気にすくすく育っています。



田中 (亜)

田中(久) オリジナルキャラクター「たなかんとう」を刺繍したサウナタオルを制作し、販売を開始しました！



いさつれづれを読んでいます！と声をかけていただくことがありとても嬉しいです。とても励みになります！ありがとうございます！

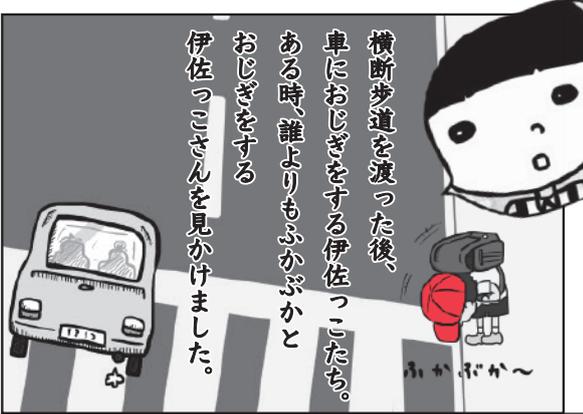


坂元

石田 10月の国体に向けて、伊佐カヌーを周知するロゴをノベルティやグッズなどに展開しています！



いさつねづね 2023 vol.6



横断歩道を渡った後、車におじぎをする伊佐っこたち。ある時、誰よりもふかぶかとおじぎをする伊佐っこさんを見かけました。



ある日、軽トラを運転していると見ず知らずの子どもが私に手をふってくれました。今までそんな経験はなくその姿に涙が出てきました。

伊佐へ移住してきた方が聞かせてくれたお話を。

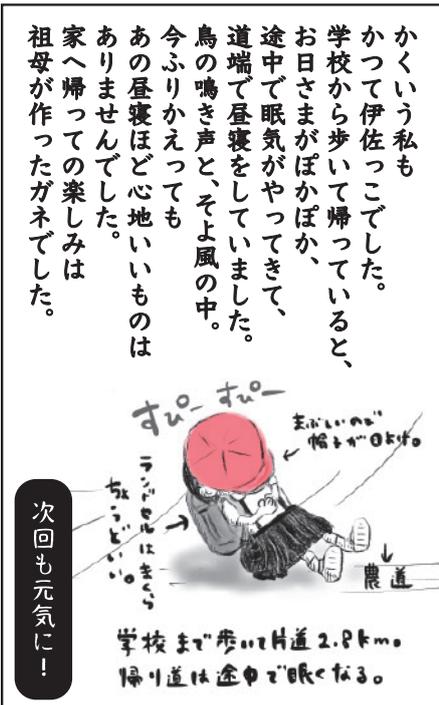
今回のいさつねづねは、**全力!伊佐っこさんです。**



よく見ると... この時出会った伊佐っこさんは、横断歩道で停止していた車2台分、2度、「ありがとうございます」とおじぎをしていました。たまたま遭遇した私の方が、なんだかこみ上げてくるものがありました。



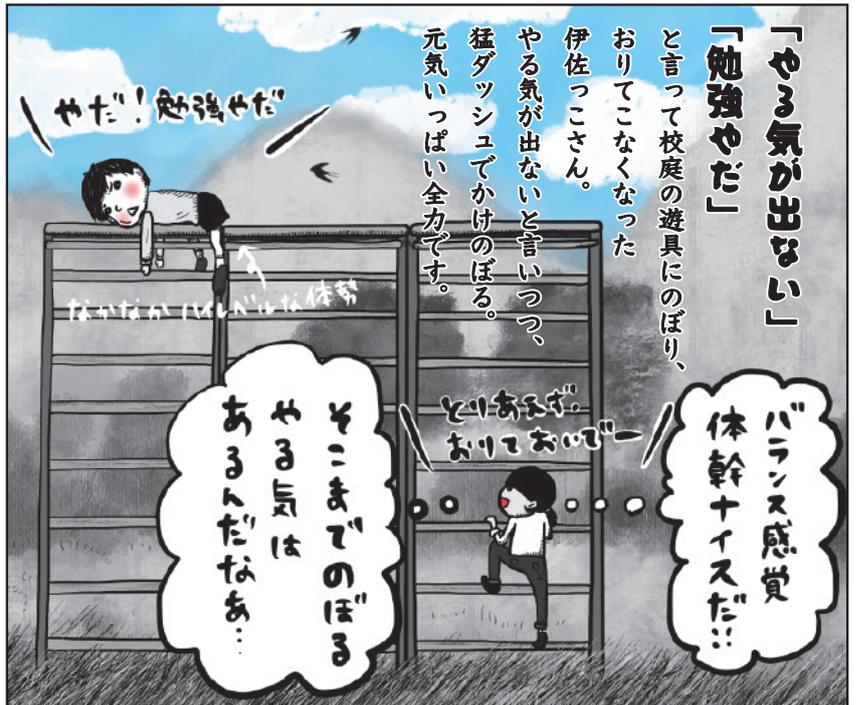
全力!全身全霊のおじぎ!!



かくいう私もかつて伊佐っこでした。学校から歩いて帰っていると、お日さまがぼかぼか、途中で眠気がやってきて、道端で昼寝をしていました。鳥の鳴き声と、そよ風の中、今ふりかえってもあの昼寝ほど心地いいものはありませんでした。家へ帰っての楽しみは祖母が作ったガネでした。

次回も元気に!

学校まで歩いて片道2.8km。帰り道は途中で眠くなる。



「やる気が出ない」「勉強やだ」

と言って校庭の遊具にのぼり、おりてこなくなった伊佐っこさん。

やる気が出ないと言いつつ、猛ダッシュでかけのぼる。元気いっぱい全力です。

「バランス感覚体幹ナイスだ!!」

「そこまでいぼるやる気はあるんだなあ...」

110番
だより

夏期のレジャーは慎重に!!

山岳遭難の防止

いよいよ夏山シーズンを迎えます。山の天候は非常に変わりやすく、また、高温多湿な環境下での無理な登山や不十分な装備での登山など、安易な登山は、山岳遭難を招く危険性があります。



安全で楽しい登山を行うためにも次の点に注意しましょう。

- ① 入山規制状況・天候の確認
- ② 体力・経験・技術等に応じた登山の計画
- ③ 必要な装備品（雨具、非常食等）の携行
- ④ 登山届の提出
- ⑤ 単独登山の回避

水難事故の防止

夏期は、海や川等の自然と接する機会が増えることに伴い、水難事故が多発します。水難事故を防ぐには、事前の天候情報の確認、海や川等の自然環境の理解が大切です。また、危険な場所や危険な行為等に関する知識を持つことも大切です。



楽しい夏を過ごすためにも次の点に注意しましょう。

- ① ライフジャケットの着用
- ② 常に天候や波の状況などを確認する
- ③ 子どもから絶対に目を離さない
- ④ 飲酒状態で魚釣り等はしない

問い合わせ先 伊佐湧水警察署 ☎22-0110

あなたらしく生きる
人生の年輪

認知症地域支援推進員を
知っていますか？

認知症地域支援推進員は、認知症の人やその家族が、住み慣れた地域で自分らしく、地域の人と共に暮らせるまちづくりを行政と一緒に進める役割を担っています。

菱刈地域包括支援センターの 認知症地域支援推進員を紹介！

6月から認知症地域支援推進員になりました児島一美です。認知症の人やその家族を支えるためのサポート役として全力で頑張りますので、よろしくお願いします。



市では、今年から「認知症になっても暮らしやすいまちをみんなで作っていこう」との思いを共有し、認知症啓発のシンボルカラーである、マリーゴールド（オレンジ色）の花を楽しみながら育てる「オレンジフラワープロジェクト・伊佐」を始めました。



高齢者元気度 アップ・ポイント事業 8月の対象活動

○元気アップポイント忠元、校区コミュニティ高齢者元気度アップ・ポイント事業、長寿健診結果報告会、肺がん検診、子宮・乳がん検診、結核検診

◎認知症に関することや、介護サービスに関するご相談は地域包括支援センターへ
大口地域包括支援センター ☎23-2377
菱刈地域包括支援センター ☎26-1307

問い合わせ先 長寿介護課地域包括支援係 ☎23-1311 (内線) 1223

スマホ・ゲーム等への 依存を改善するために

時間があるとスマートフォン（以下スマホ）に手を伸ばしたり、たまに忘れて外出すると落ち着かないといった人も多いのではないだろうか。大人だけでなく子どもたちの生活場面においても「スマホ依存」「ゲーム依存」ということばが日常的に聞かれるようになりました。朝起きられず学校に行けなくなることで、友達との関係や学習の機会が途切れてしまうなどスマホやゲームの過度な使用による日常生活への影響が心配されます。

● 「依存」とは

わかっちゃいるけどやめられない状態のこととで、「本人の意思でやりたくてやっている」「やめる気がない」と誤解されやすい特徴をもちます。



● スマホやゲーム等に依存してしまう子どもを理解するためのポイントとして「**自己治療仮説**」を紹介します。

依存してしまう子どもは、普段から不快な気持ちを感じやすい傾向があったり、他の子にとっては少しの

頑張りでできることが、その子にとっては強い苦痛を伴ったりする場合が多く、不快な気持ちを和らげるため（自己治療）の手段としてスマホやゲームを繰り返し使っている（スマホやゲームに没頭している間だけは不快な気持ちから離れることができる）という考え

◎ 依存の改善にとって大切なこと

① 本人やその子に関わる人たちの間でお互いを気づかう声かけを意識的に増やす。

（例）「今日も暑いね」「このお菓子おいしいよ」など スマホやゲームと関係のない何でもなやりとり

② 本人がスマホやゲーム以外でやってみようと思うことや、やらなければいけないことについてどう取り組めばいいかを一緒に考え試してみる。

（例）家庭や学校での役割を決め、一緒に取り組んでみる。その中で部分的にお願いされたり、お願いしたりといった経験を積み

依存の改善には、周囲の人たちに自分の気持ちや状況を伝えたり、必要な協力を求められるようになること、それを手助けしてくれる人が必要です。2学期を迎えるにあたり、スマホやゲームとの付き合い方に関すること、これに限らず心配なことがありましたら、**ご自分やご家庭の中だけで抱えず**、学校や子ども課、医療機関などにご相談ください。



【講演会のお知らせ】

ゲームとの上手な付き合い方やこれを巡る子どもとの関わり方をテーマとする講演会を開催します。

期 日 10月21日（土）

講 師 松崎 尊信 医師

（独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター…神奈川県）

問い合わせ先

社会福祉法人慈和会 ☎0322

※詳細が決まり次第、市ホームページやチラシでお知らせします。大変貴重な機会ですので、ぜひご参加ください。



図書館情報

休館日：月曜日

※月曜日が祝日のときは翌日

開館時間

火～土：9時～18時

日・祝日：9時～17時

・菱刈図書館

(菱刈ふるさといきがいセンター内)

☎ 26-3000

・大口図書館臨時窓口

(オニツカ1階店舗内)

☎ 22-0417

※営業時間 10時～18時

● イベント情報

夏休み自由工作

「おきあがりこぼしをつくらう」

日時 8月4日(金)

10時～11時30分

場所 大口図書館臨時窓口

対象 小学生

定員 先着5人 ※事前申込が必要

※詳しくは広報いさ7月15日号をご覧ください。

ふれあいメルヘンひろば&

親子ふれあい映画会

日時 8月26日(土) 10時～11時

場所 大口元気こころ館

多目的ホール

内容

図書館ボランティア「ぎんなん」による大型絵本や紙芝居の読み聞かせと映写機を使った映画会

● 今月の新刊本

【児童】

じめんのしたはマンモスのくに

／まつおか たつひで 作・絵 (両館)

かみさまのベビースタター 3

かみさま、合宿へ！

／廣嶋 玲子 作 (両館)

パンダはどうしてパンダになったのか？

／方 盛国 著 (大口)

【一般】

この夏の星を見る

／辻村 深月 著 (両館)

叩く

／高橋 弘希 著 (両館)

自然素材で楽しむ手仕事&クラフト

／農文協 編 (菱刈)

※市ホームページの新刊案内で掲載以外の

本も紹介しています。

※菱刈図書館では、ブックリサイクルコーナーを常設しています。定期的に入れ替えていますので、ぜひご利用ください！

おすすめの一冊 (新刊全点案内より引用)



おばあちゃんのにわ

ジョーダン・スコット：文
シドニー・スミス：絵 / 偕成社

ぼくのおばあちゃんは、もとはニワトリ小屋だった家にすんでいる。毎朝、お父さんの車でおばあちゃんの家に行くと、おばあちゃんは朝ごはんをつくってくれて…。言葉にたよらない2人の親密さを描いた絵本。

所蔵館：両館



わたしの本棚

子どもの脳に

よいこと大全

川島隆太 著

／プレジデントムック



推薦者 宮原 景信 校長
(大口明光学園)

著者は東北大学教授の脳学者で、人の脳活動研究の第一人者です。7万人の小中学生の生活習慣と脳の発達について、仙台市教育委員会と共同で10年間の追跡調査をされています。その研究成果等を基に、子どもたちの脳がよりよく発達するのに必要な「脳育」について、ご家庭で考えるのに参考になる一冊です。



およそ2か月後にせまる『燃ゆる感動かがしま国体』では、伊佐市内の小・中学生を対象に、伊佐市応援団として招待観戦を行います。国体開催前にカヌーの楽しさや難しさを実感してもらおうと各小学校を回り、カヌーをより身近に感じてもらいました。参加した子どもたちには、“伊佐市カヌー競技”をぜひ盛り上げてほしいと思います。

カヌー競技を
身近で応援します！



伊佐市開催競技：カヌースプリント競技

開催期間：令和5年10月13日(金)～16日(月)

開催場所：伊佐市菱刈カヌー競技場(川内川)



あと **73** 日

(令和5年8月1日現在)

農政情報「農のいろは」

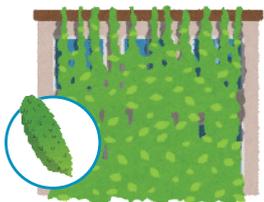
夏の暑さ対策(農業編)

日差しが強く気温が高い日は、クーラーの利いた部屋でゆっくり過ごしたいと思いますが、それだと電気代がかかってしまう…。

そこで今回は、緑のカーテンについて紹介したいと思います。緑のカーテンは、アサガオやニガウリなどのつる性植物によって家の壁や窓を覆って日差しを防いだり、植物の持つ水分の気化熱によって温度上昇を抑えたりすることができます、いわばエコな取組です。昔から夏の風物詩でしたが、今では「おうちSDGs(持続可能な開発目標)」として再注目されています。

つる性植物の代表格ニガウリは、涼しくしてくれるだけでなく、食べることもできるので一石二鳥の植物です。独特な苦みが苦手という人も多いかもしれませんが、この苦み成分「モルデシン」

には胃液の分泌を促し、胃もたれの抑制や食欲増進の作用があり、またニガウリ一本当た



りのビタミンCの量はレモンの約2個分あるため、夏バテ回復、肌の健康づくりにも役に立ちます。

ここまでいいことばかりですが、気がかりは「虫」でしょうか。

家の中への侵入も防ぎたいところですが、ニガウリに対して害になるのは1センチに満たないウリハムシです。ニガウリのほかにカボチャやヘチマなど、ウリ科の植物に付くこの虫は、植物の葉や実を食べるためせっかくのカーテンが台無しになってしまう可能性があります。市販の農薬でも対策できますが、減農薬で育てたいなら木酢液をオススメします。木酢液は木材や竹などを炭化させた時に出る煙の成分から得た溶液なので、虫への対策の他にも植物の生育にも役立つので試してみたいかがでしょうか。ただし、希釈濃度など取扱方法の確認をお忘れなく。

こざえん日記

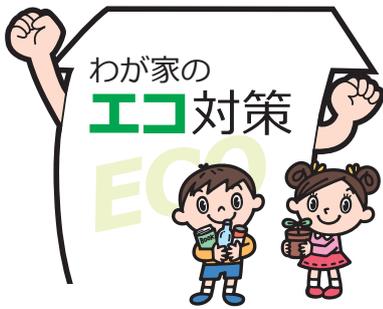
6月号に掲載したトマトの話、農家さんの知恵もいただき立派な実をつけました。ご心配いただきましたが元気でいます。

問い合わせ先

農政課担い手支援係

☎ 013311 内線 2245



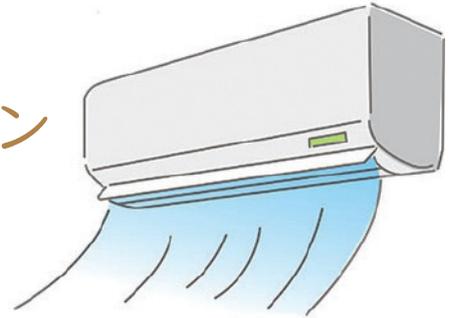


地球にも家計にもやさしい取組！

知恵から生まれる暑さ対策

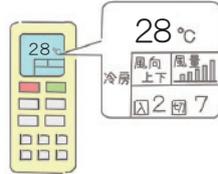
暑さの最盛期でのエアコンは大変重宝します。ただ、家庭で一番電力を消費するのもこのエアコン。効率的に節電に取り組みましょう。また、伝統的な工夫などで日本の夏を楽しむ心の余裕も必要です。

エアコン



冷房の温度設定は 28℃を目安に

冷房の効かせすぎで体調を崩すことがあります。健康と節電のために、できるだけ外気との温度差を少なくするようにしましょう。



- DATA** 外気温が 31℃ のとき、冷房設定温度を 27℃ から 28℃ に上げた場合（1日9時間使用）
- <年間で> CO₂ …… 17.8 kg の削減
 - 電気代 …… 約 820 円の節約

必要なときだけつける

長時間つけっぱなしにするのはやめて必要な時だけつけましょう。タイマーなども上手に利用しましょう。

- DATA** 冷房の使用（28℃設定）を1日1時間短縮した場合
- <年間で> CO₂ …… 11.0 kg の削減
 - 電気代 …… 約 510 円の節約

フィルターを適宜掃除する

フィルターが目詰まりすると、風量が落ちて、電力も余計にかかります。月に1回か2回を目安に掃除しましょう。



- DATA** 目詰まりしたフィルターを掃除した場合
- <年間で> CO₂ …… 18.8 kg の削減
 - 電気代 …… 約 860 円の節約

扇風機を活用する

エアコンと扇風機を同時に使うと、部屋の空気が循環して冷房効果が高まります。扇風機だけで過ごせれば、もっとお得です。



熱中症には気をつける

いくらエコとはいえ、無理をすれば熱中症にかかる危険があります。自分の体調と相談しながらの節電を！

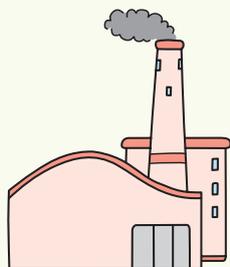


風流で粋な涼のとりかた

電気を使わない涼のとりかたもあります。それは日本の伝統的な知恵や演出によるもの。たとえば… ●朝夕の打ち水 ●行水 ●よしず・すだれ ●緑のカーテン ●扇子・うちわ ●風鈴など。どれも日本らしい風流で粋な涼のとりかたです。せっかく豊かな四季のある国に暮らしているので、上手にその情緒を味わいましょう。



ごみ処理に関する経費



令和4年度のごみ処理経費に伴う収入は、5,120万5,684円、市民1人あたり2,116円でした。そのうち廃棄物等処理手数料（伊佐市指定ごみ袋販売）の収入は4,254万6,500円、市民1人あたり1,754円でした。また、ごみの処理にかかった費用は4億5,958万2,587円で一人あたりに換算すると18,952円でした。

主な収入

- ◆ 廃棄物等処理手数料…………… 4,254万円
(伊佐市指定ごみ袋)
- ◆ 資源物売却金…………… 643万円
(アルミ缶・スチール缶・ペットボトル)
- ◆ 一般廃棄物許可業者・直接搬入ごみ処理料… 223万円
(リサイクルプラザに持ち込まれたごみの処理手数料)

主な支出

- ◆ ごみ収集等委託料…………… 9,164万円
(可燃ごみ・不燃ごみ・資源ごみの収集委託料)
- ◆ ごみ袋作成料・販売手数料…………… 2,907万円
- ◆ 伊佐湧水環境管理組合負担金…………… 2億5,396万円
(未来館の運営にかかる負担金)
- ◆ 大口リサイクルプラザ施設運営費…………… 8,491万円
(業務委託料・施設修繕等)



市民一人あたり

ごみ処理経費

収入…………… **2,116円**

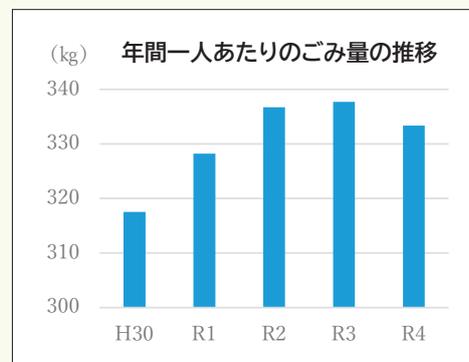
支出…………… **18,952円**

ごみの量

年間…………… **333kg**

一日…………… **912g**

※令和4年4月1日現在の人口24,250人で計算



家庭で今すぐできる ごみ減量対策!!



- レジ袋を使わずにマイバッグを活用する
- 食材は使い切る分だけ購入する



- 生ごみは水分をしっかりとってから捨てる

もっと減らそうね!



- 紙ごみをしっかりと分別する



問い合わせ先 環境政策課環境保全係 ☎22-1060 (14~15ページ)