



まちづくり通信

やまだ

<http://www.kusatsu.or.jp/machikyou/yamada/>

山田学区(6月30日現在)

人口	7,878人
男性	3,874人
女性	4,004人
世帯数	3,264世帯

発行者

山田学区まちづくり協議会

草津市南山田町678

山田まちづくりセンター内

TEL/FAX 077-562-0044



地域協働合校部会

6月23日「七夕かざり&キラキラゼリーを作ろう！」をテーマに、第1回わんぱくひろばを開催しました。

例年の内容に、キラキラゼリー作りを加えた結果、子どもたちの参加人数は60人で、昨年の3倍となりました。また、調理室の規模から、笹を作る班、ゼリーを作る班の2つに別れて交互に体験しました。

子どもたちは、事業サポーターや老人クラブの方と一緒に楽しく、また、一生懸命に、七夕かざりやキラキラゼリーを作っていました。自分たちで作ったゼリーをお世話になった老人クラブさんにプレゼントし、一緒にいただきました。

参加した子どもたちが、嬉しそうに“かざりのついた笹”を持って帰って行く姿を見て、貴重な体験になったと思えました。関わっていただいた皆さんも、充実感があったことでしょう。



「山田学区まちづくり協議会」の充実を!

山田学区まちづくり協議会

会長 川那辺 孝六

地域協働合校部会は、第1回『わんぱくひろば』で、活動項目を2つに増やし、規模は参加希望者約60人(昨年の3倍)全員を受け入れ、その内容の充実を目指しました。そして、活動をやり終え、その成果を得ました。

熱心に、意欲をもって取り組まれた皆さんには、やり終えた後、心にほのかな充足感があったと思うのです。このような取り組みこそが、最澄の言葉「一隅を照らす」ことであり、「一隅を照らす行為」だと、私は思っています。言うなら、取り組まれた皆さんが一隅を照らしたのです。課題が大きいほど、熱意が大きいほど、照らす明るさも大きく、照らす範囲も広がります。

この事がまち協の各部会や各事業の取り組みに良い影響を与え、積極的にまた意欲的に活動を重ねていけることを願いたい。そして、事をなし終えた後、その人の心に広がる達成感を味わって欲しい。

ならば、ひとつ1つの事業、ひとつ1つの活動が「一隅を照らす」ことになります。これがまとまって、山田学区まちづくり協議会の活動となり、その照らす範囲は山田学区となります。

最澄の言葉に習うと「一隅を照らす これすなわち山田学区の宝なり」と言えます。

震度6弱

大阪北部に大地震発生!!

今回あなたはどのように動けたでしょうか

防災部会

6月18日、午前7時58分に大阪府北部を中心に震度6弱の地震が発生し、都市機能が大混乱に陥りました。



幸いに滋賀県には大きな被害がでたせんでしたが・・・しかし、このような直下型地震はどこでも起こりうる地震だといわれています。山田学区においても、他人他所事では済まされません。

昨年、防災部会では地区防災計画を策定し、計画書のダイジェスト版とし全戸配布させていただきました。しかし、まだまだ学区全体の防災意識が高まったとは思えません。この計画書は毎年改訂することで学区全体の防災力の向上と学区民の防災意識を高めるための指針となります。また、災害発生時の公的援助が届くまでの学区内の共助活動を定めた計画書であります。しかし、どんなに立派な計画書を作り上げても、個々の人が常に危機意識を持ち災害に備えていなければ大きな力になりません。

幸いにも滋賀の震度が5弱、被害が少なかったから動かなかったのでしょうか。逆に、あの震度6弱の地震が滋賀に発生していたら、マニュアルのように動けた

でしょうか。

まず自分の命を守り

→→家族の安全を確認し

→→ご近所の安否確認をする

→→そして助け合いをする

この一連の流れを誰もが出来るような街でありたい。そして自分たちの町を、自分たちの力で助け合いをしながら支え合っている街でありたいと願っています。

防災部会では11月11日に、学区全体の防災訓練を実施する計画をしています。この訓練を通して山田学区の防災力の強化につなげていきたいと考えています。今後ともご協力をよろしくお願いします。

みんなの健康福祉講座「いびきの話」から

健康福祉部会

6月28日みんなの健康福祉講座で「いびきの話」と題し、南草津の「こまクリニック」院長 駒田一郎先生に講演をいただきました。

いびきの研究や治療は、日本人が初めて行いました。千葉県池松武之亮先生です。ある日、お母さんと娘さんが、診療所に来られ、娘さんのいびきが大変大きくて、結婚するもすぐに離縁された。大学病院を回ったが、いびきは病気ではないと断られ、困り果てて、ここに来たとのことでした。池松先生が診察しても、扁桃腺が大きいとか、鼻の形が悪いとか、何も異常はない。試しにのどの軟口蓋の一部を切ってみましょうかとなりました。

一週間後、たいそう喜んで、お礼に来られ、当時は貴重品でありましたたまごや野菜をいっぱい持ってこられました。先生は、これを機に、いびきの研究をはじめられたとのことでした。

よく、何時間寝たらいいですかと問われますが、それは、昼間に眠気を感じな

いならば、それでいいです。睡眠時間は個人差があります。また、何時に寝ても、朝、決まった時刻に起きることが大切です。規則的な3度の食事と運動習慣も大切です。

睡眠には、レム睡眠とノンレム睡眠と大きく2つに分けて構成されています。レム睡眠は、皆さんよくご存じのとおり、夢を見ている時間帯です。夜、寝てから、明け方になるほどレム睡眠の時間が長くなり、この時間帯に目を開けると、いま見ていた夢のことを覚えています。ノンレム睡眠の時間帯に起きて、夢のことを忘れてしまっています。

睡眠は、単純に脳のためにあります。脳は起きているときは常に使っていますから、メンテナンスが必要になったり、改良が必要になったりしますし、あるいは、子どもの時は脳が育っていてもいいです。ですから、機能が停止しているときでないと、いじったり、メンテが出来ないのです。記憶の確定や機能の向上の作業は

睡眠中に行われています。ですから、「睡眠すること」をとってしまいますと、それらの程度が落ちると言われます。一生懸命に物事を覚えても、睡眠を取らないと覚えたことが消えてしまいます。

ですから、勉強したときは、寝るのが良いのです。脳の発達には睡眠が欠かせないのです。

1時間に5回以上呼吸が止まる人を睡眠時無呼吸と言います。15回以上止まれば確実に睡眠時無呼吸症候群といえます。この病気は、メタボリックシンドロームとの関連性が強く、高血圧は2倍、狭心症や心筋梗塞は3倍、脳梗塞は4倍のリスクがあります。



ゴーヤカーテンで 地球環境負荷の低減を!



安心部会

安心部会では、希望される皆さんにゴーヤの種を配布し、各家庭でゴーヤを育てて頂き、緑のカーテンで地球環境負荷の低減に繋がるエコ活動を展開しています。

また、去る6月9日には安心部会のシンボリックな事業として、センター駐輪場にゴーヤハウスを、イモ畑とセンター玄関スロープの2か所にゴーヤの柵を設けました。

10月の山田ふれあいまつり会場では、「ゴーヤカーテンの効果」と題し、温度の違い、節電・CO2排出抑制効果、その他の多面的効果、ゴーヤ料理レシピ、育成して頂いた家庭に出向き写真による苗の育成状況の写真等をパネル掲示致します。収穫した実は希望者に提供すると共に、ふれあいまつり当日はおやつに加工し、まつりに参加される皆様に提供する予定です。



正しいマナーで安全に!! 第14回町別対抗自転車競技大会

6月24日、山田小学校体育館に於いて、山田学区まちづくり協議会と草津市交通安全協会山田支部共催による、第14回町別対抗自転車競技大会が開催されました。

参加11チーム(選手55名)、総参加者130名で、成績もさることながら自転車に乗る時のルールとマナーを学びました。この大会が自転車事故の減少につながることを確信します。又、各町内の親交を深める場ともなり大変有意義な大会となりました。

上位入賞の町内会は次の通りです。

団体の部 1位：御倉町 2位：南山田町 3位：木川町



みんなでたいそうしたよ

6月4日、乳児と両親とのふれあいの場、にこにこサロン「親子ヨガ」を開催しました。11組の参加があり、親子ともどもゆったりとくつろぎの時間を過ごし、心とからだをリフレッシュしました。お父さんの参加もありましたよ!



第21回草津市民スポーツ・リクエーション祭 みんなでスポーツを楽しもう!!

6月10日、当日は雨天のため市民体育館での開催となりました。山田学区からは「山田学区こども会指導者連合会」の5年生リーダーを含め、35名の選手出場がありました。

開会式においては、山田の5年生リーダーによる選手宣誓により開幕されました。山田学区は「ディスコン」と「大縄跳び」に参加しました。選手の皆さん、お疲れ様でした。「大縄跳び」では草津市第3位の好成績となりました。おめでとうございます。

今後も山田学区体育振興会の事業にご参加いただきますようお願い申し上げます。



“ほんとうの勇氣とは・・・”

6月8日、幼小同研の同和教育講演会が、徳島市の結婚相談員 弘瀬喜代さんを講師に迎え、山田小学校で開催されました。

そこで、結婚差別を乗り越えた若者とその家族や友人の例話を通して、ほんとうの勇氣について学びました。参加された皆さんは真剣に講師の話を聞いておられました。きっと多くのことを学ばれたらと感じました。

いつも思うことですが、人権・同和問題で最も難しいことは、知行一致です。さて、あなたは如何でしょうか?





6月30日当日は快晴、浜風が心地よい北山田漁港で開催されました。関係者やえんえむ草津によるPRで、早朝から昨年の倍増参加者で盛大なイベントがスタートしました。子ども達は釣り大会、鱒のつかみ取り、漁船からの稚魚放流、魚料理試食など多数を体験し、目一杯大はしゃぎの半日でした。

なお釣り大会賞品はたくさんの草津メロンが提供されました。山田まちづくり協議会の氷、ジュースは長蛇の列で早々完売しました。スタッフは汗だくの疲れを忘れ、笑顔で出店サービスに努めました。次年度は教訓を生かし、たくさんの氷を準備します。関係者の皆さん大変ご苦労様でした。

大きなサツマイモになあれ♪



6月1日、山田幼稚園5歳児と山田小学校1年生が、サツマイモの苗植えを体験しました。はじめは少し緊張していた子どもたちでしたが、山田幼・小教育後援会の方の説明をしっかりと聞き、おたがい楽しく交流しながら苗を植えることができました。



はっけよいのこった!



7月5日、山田幼稚園相撲遊びの様子(30年度 全6回開催予定)

こよみ

- 8月9日(木) ハナミズキ包丁研ぎ
9:00~(山田まちづくりセンター)
- 8月9日(木) いっぱくサロン
100均の手拭いで作るダブルファスナーボーチ
9:30~(山田まちづくりセンター)
- 8月23日(木) 同推協第3講座(第1回人権講座と共催)
19:30~(新田会館 ほほえみの館)
- 8月25日(土) わんぱくキッチン
10:00~(山田まちづくりセンター)
- 8月25日(土) 安心講座
19:00~(山田まちづくりセンター)



どろんどろん田植え体験!!



5月24日、「五条ふるさと環境を守る会」「JA草津」「草津用水」の皆さんにご協力いただき、山田小学校5年生が地域の田んぼに手で苗を植えました。初めて裸足で田んぼに入る子どもたちがほとんどで、はじめはおそろおそろだったものの、最後には「もっと植えたい!」と言う声が出るほど楽しい体験になりました。



運転手の募集!



山田学区社会福祉協議会では、支え合い送迎活動を実施しています。この活動は、山田学区内で大きな信頼をいただいています。また、草津市内でも大切な活動とおおいに期待され、やりがいのあるボランティアです。

ただいま、この運転手を募集しています。

申し込み・問い合わせは、V・ハナミズキ または、山田学区社会福祉協議会 代表 岡 (562-3486) まで



広報委員の募集!



広報紙「やまだ」発行に参画してみませんか?

今年度、8回の「やまだ」を発行予定しています。そのスタッフとして参加してみませんか。写真を撮るのが好き! イラストが好き! 住民や行事参加者の声を聴くのが好き! 趣味の歴史や文化財を紹介したい! 等々自分の得意分野を活かし、より充実した紙面となるよう考えております。ぜひ一声、事務局まで声掛けをお待ちしております。