



長門市中央公民館だより

そうぞうながと

2019年10月号
NO. 146

発行 長門市中央公民館運営協議会

広報担当 Tel 23-1181 Fax 22-3648

E-mail : chuo.kominkan@city.nagato.lg.jp

地域がつなぐ「奉納芸能」赤崎まつり



湯本南条踊り(湯本南条踊保存会)

赤崎神社楽棧敷(国指定重要有形民俗文化財)



楽踊り 虎の子渡し(上川西楽踊保存会)



楽踊り 月の前の伶楽(藤中楽踊保存会)



助け合って調理

よく食べ

よく学ぶ

○深川地区社協とは・・・

深川地区の福祉の充実のため、地区住民がお互いに協力を図り、「誰もが安心して暮らすことができるまちづくり」をめざして活動している団体です。



深川地区社会福祉協議会が、『ふれあい料理教室』を開催。地域住民30人が6班に分かれて、野菜inハンバーガー料理にチャレンジしました。食事の後の勉強会では、「バランスのとれた食生活とは？」「1日に何をどれだけ食べたらよいのか？」など、1日に摂取すべき食分量について、栄養士から学びました。

「ふれあい料理教室」 料理で地域交流を



各分団代表が選手宣誓。当日は、開会式に先立ち、教職員27人が応援団となって生徒を激励する、サプライズも披露されました。

9月8日(日)第73回深川中学校体育大会が中学校グラウンドで開催されました。開会式では、3年生の柳井実行委員長が、「全国高等学校野球大会の優勝戦は熱戦で、試合終了後、お互いの健闘を称えて、「ありがとう」とあいさつする姿が印象的だった。

今日の体育大会、全力で頑張り、お互い最後には、「ありがとう」と言える体育大会にしたい」とあいさつしました。全校生314人が4分団に分かれ、グラウンドでパフォーマンス。



スローガンは「輝け」 一人一人が主役に



低学年は、「磁石でびったんこ」の製作に挑戦。カラーボードに好きな絵を描いて切り取り、クリップ、紐、マグネットメッセージカードを取り付け完成。製作後は、高学年と合流し、傘袋ロケット作りで満喫しました。



わくわく土曜塾が、9月28日(土)ルネッサながとで開催される「長門サイエンスフェスティバル」にブース出展するため、事前学習を実施。高学年は、出展作品の「傘袋ロケットの作り方」を学ぶため、重田秀之講師からアドバイスを受け、完成したロケットを楽しく飛ばしました。

子ども達が サイエンスに挑戦

【佐藤 顕吾】
ジュニア野菜
ソムリエ
趣味の世界の食べ歩きを更新中



私が目利きした野菜・果物が盛りだくさんのお店ができました。
「LaLaフラン」フジ長門店の1階にあります。どうぞこ来店下さいね。

「選ぶ方」まるく太っているものが美味い。また、県内産がホクホクして良く炊けます。泥つきの方が日持ちします。洗ってあるものはカビが生えやすいので早めに使いましょう。

「ワンポイント」ぬめりが出過ぎると味が染みにくいので、調理前にさっと下茹でするか、塩で軽く揉み、水洗いすると良いです。

【栄養素】血圧を調整するカリウム、胃の粘膜を保護するムチン、コレステロールや血糖値を安定させるガラクトンなど。

【特徴】縄文時代中頃から人々の住む里で栽培されるようになり、山でとっていた山芋と区別して里芋と呼ばれるようになりました。9月から12月が旬です。

今月のおすすめの野菜は「やいも」です。
「やいも」は、野菜ソムリエの佐藤です。毎月、季節の旬の食材の食べ方や栄養のお話をお知らせしていきます。

野菜ソムリエ 旬の食材豆知識

深川友愛学級

学ぼう会

9月13日(金) 深川友愛学級を開催しました。今回は元エステティシヤンの原田さんに来ていただき、手鏡で自分の表情を見ながら表情筋のストレッチをしました。顔の筋肉を使わずにいるとどんどん衰えてしまうそうです。正しく鍛えることで、表情を豊かにし、頬のシエイプアップや肌を活性化、またアンチエイジングに繋がります。



ホールインワンを目指して グラウンド・ゴルフ大会

8月19日(月)、深川スポーツ振興会主催の「第28回深川地区グラウンド・ゴルフ大会」が小河内公園グラウンドで開催されました。上位4チームは、市選手権大会に出場しました。

- 【優勝】 赤崎GGクラブA
- 【準優勝】 湊はまゆうA
- 【第3位】 コスモス
- 【第4位】 湊はまゆうB



優勝した赤崎GGクラブA

深川中学校



横山支部長から宇野校長へ引き渡し

育てよう子どものこころ 守ろう子どものいのち

- ※ 令和元年度活動計画
- あいさつで築く地域の輪
- ブロック会議の充実
- ラジオ体操への参加
- 史跡探訪とクリーンウォーク
- 心を届ける絵手紙作品の展示

青少年育成市民会議深川支部(横山具寛支部長)では、次代を担う青少年が心身ともたくましく、健やかな成長を願い、様々な活動に取り組んでいます。今年度事業の一環として、深川中学校グラウンドフェンスに、啓発看板を設置しました。当支部では、子ども達が将来に希望を持つて、心身ともに健やかに成長することを願っています。地区内に、啓発看板を設置することで、青少年育成活動の支援の輪を広げていきます。

深川中学校に

啓発看板を設置

史跡探訪とグリーンウォーク開催

日時:11月3日(日)9時00分~

場所:大寧寺の駐車場

コース:長門湯本温泉の街並みを散策

主催:青少年育成市民会議深川支部



第39回深川地区体育祭

日時:10月20日(日)9時30分~

場所:深川中学校グラウンド

主催:深川スポーツ振興会

地域の交流を大切に、参加しましょう

公民館活動団体紹介

ストウリングス

箏を通じて箏曲を広め、会員相互の技術向上と親睦を図るため、平成28年に設立。現会員は、7名。毎月第2月曜日に、視聴覚音楽室で午後6時から練習しています。



箏は、日本の心日本の文化を伝える魅力的な伝統楽器であり、海外にも人気があります。演奏は、難しいと思われるかもしれませんが、意外と簡単に音を出すことができます。しかし、演奏者によっては、様々な表現ができる奥深い楽器でもあるそうです。



歴史ある箏に慣れ親しみ、懐かしい郷愁を誘う箏を、一緒に練習しませんか。

伝えたい「ふるさと深川」シリーズ 95

山陰道長門・俵山道路開通

— 令和元年度9月8日開通 —

長門俵山道路は、国道316号線の小河内地点(長門湯本温泉IC)から俵山小原の県道(俵山北IC)までの延長5.5キロメートル。基準の幅員は12メートルの2車線の自動車専用道路。制限速度は70キロ。

既存の同区間にある県道下関長門線は大寧寺峠周辺では、急カーブや急勾配の道路のほか、土砂災害が発生する危険箇所や異常気象時の通行規制区間が存在している。これらを解決するために、走りやすく・安全安心なつくりの道路として長門・俵山道路が整備された。

同道路は平成26年度から着工。総事業費は297億円。この区間の完成で県内の山陰道の開通区間18%になるという。

同区間5.5キロの内、大寧寺第1トンネル(1873m)・大寧寺第2トンネル(194m)小原トンネル(1243m)と6割はトンネルで占めている。

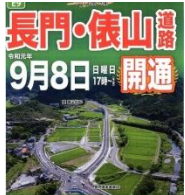
開通前の9月1日山陰道長門・俵山道路開通記念イベントのウォーキングに参加。小雨の中往復歩いた。トンネル内は広く全区間にわたり緩やかな勾配で大部分の中央分離帯はコンクリート壁で安全に配慮されていた。

(市広報等参照)

山口県史学会理事 藤井文則



山陰道長門・俵山道路開通記念イベント



中央公民館10月行事予定

2日(水)	親子でリトミック
5日(土)	キッズエクササイズ(3B体操) わくわく子どもクラブ
9日(水)	親子でリトミック 小学校陸上記録会
12日(土)	わくわく土曜塾 日本の遊び【国際交流】
13日(日)	棚田サミット スポーツフェスティバル
16日(水)	親子でリトミック
19日(土)	キッズエクササイズ(3B体操)
20日(日)	第39回深川地区体育祭
23日(水)	親子でリトミック
26日(土)	わくわく土曜塾 長門市役所新庁舎見学
27日(日)	第35回いきいきのびのび ながとふるさとまつり

今月のうた

山茶花クラブ

ででむしと語るバス待つ五分間

稜線の流れくつきり梅雨晴間

日焼けして五右衛門風呂の背の痛さ

長門短歌会

中元に孫の送りし缶ビール

心うれしく夕餉の膳に

暑い日は居心地の良い水の中
泳いだあとも水中散歩

子供らの素直な心に色付けす
豊かな色に正義の色に



中野 良彦

長谷川典子

川村 雅春



安藤 聴寿

吉富 成子

小林美由紀

編集後記

暑かった夏も終わりを告げて、季節は秋へと移行しました。▼秋風に揺れ、頭をたれた稲穂も黄金色に変わり、農家にとっては忙しい収穫の秋で、美味しい新米が食卓に届くのも楽しみです。▼秋は、お米も野菜も果物も美味しい「実りの秋」で「旬の食べ物」がたくさん出回る季節ですね。▼夏バテした体調を整えるため、涼しくなった秋には、自然と食欲が増していくそうです。▼食欲と睡眠をとって体のバランスを整えて、「味覚の秋」を楽しみましょう。

我が家の宝子



みぎた かいと
右田 海斗くん(2歳) 大泊区
石田規朗・友美さんの長男として平成29年1月12日に誕生。
U.S.A などの音楽に合わせて、体を動かすのが大好き。
弟のお世話も手伝ってくれる、優しいお兄ちゃんです。
でも、まだまだ甘えん坊です。

深川地区の人口

世帯数	5,926戸	(前月比- 6)
男	5,939人	(前月比- 7)
女	6,777人	(前月比- 8)
計	12,716人	(前月比- 15)
(令和元 年9月1日現在)		