

# 宮代地区まち協通信

第124号

発行日 令和 6年4月1日

2024年



南宮大社の“辰”

## 各務原新境川桜並木

撮影 福本 莞さん



## 「食生活改善」について 食事で体も心も健康に 食生活改善協議会 代表 広瀬みどり

私たち「食生活改善協議会」は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに活動しています。宮代まちづくりセンターで、高齢期の食生活や口腔ケアをはじめとする介護予防について「楽しく学ぼう健口教室」を開催させていただいております。コロナ禍の影響で3年ぶりの調理実習だったため、「近所でもなかなか会えないね、元気にしてる」と笑顔で話はずみ、楽しそうに料理を作って、食べて頂きました。薄味で美味しいね、お腹いっぱい幸せだねと喜んで頂きました。また、地震などの災害時に「ローリングストック」で防災にそなえる「お湯ぼちやカレーライス」を

小学生・中学生・高校生対象に普及しています。ビニール袋に材料を入れ湯煎するだけで作れますし、器無しで食べることができます。“こんな簡単に出来て、めっちゃくちゃ美味しいカレー、家でも作れる”と大好評でした。こちらも皆さんからパワーと元気をもらい感謝です。これからも健口教室や食生活改善活動でお会いできる日を楽しみにお待ちしております。



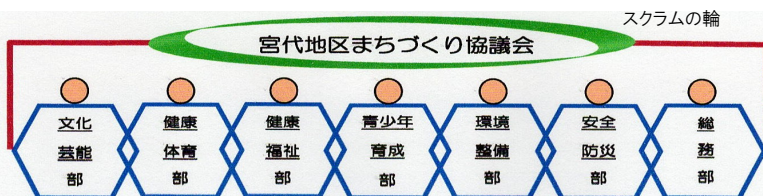
### <各務原新境川桜並木>

#### 各務原市蘇原大島町

新境川の両岸4kmに渡って約1000本の桜が続く並木道。「さくら名所100選」にも選ばれており、地元では、桜を寄贈した、歌舞伎役者・市川百十郎の名前にちなみ、「百十郎桜」として親しまれています。

## 目次

- 「食生活改善」について
- 行事予定 (4月度)
- 「通学路」をチェック
- 令和6年度自治会役員
- 活動報告  
    <2月・3月の活動>
- 文芸の広場  
    中山社 北野句会
- 「宮代の自然と歴史・文化を愛する会」活動について
- 編集後記



# 行事予定



※各種教室などには別途チラシや案内書、又は記載されていないサークル活動や団体活動等があります。詳細はまちづくりセンターまで問い合わせ下さい。

事業	日時	曜日	場所	備考
1 シニアはつらつ教室	1日 13:00~15:00	月	まちセン 大会議室	会員募集中
2 水墨画教室	5日・19日 19:00~21:00	金	まちセン 大会議室	会員募集中
3 水彩を楽しむ会	6日・20日 9:00~11:00	土	まちセン 小会議室	会員募集中
4 宮代まちづくり協議会臨時総会	7日 9:00~11:00	日	まちセン 大会議室	
5 絵手紙教室	7日・21日 13:00~15:00	日	まちセン 大会議室	会員募集中
6 健康マージャンクラブ	8日・22日 13:00~16:30	月	まちセン 小会議室	会員募集中
7 音(おと)楽(らく)倶楽部	11日・25日 10:00~12:00 10日・24日 18:30~21:00	木 水	まちセン 大会議室	水曜日のみ会員募集中
8 宮代地区まちづくり協議会総会	14日 10:00~11:00	日	まちセン 大会議室	

## 「通学路」家族でチェック

4月に小学校へ進む新1年生にとって、自分で歩いて学校まで通うのは初めての経験。そこで、入学前に親子で一緒に通学路を歩き、危険な場所をチェックするようにして頂いた方が良いでしょう。大切なのは、実際の登下校と同じ時間帯で、行きと帰りの両方を歩いてみる。土日曜などの休みの日ではなく、可能な限り平日に行うことです。朝夕の通勤ラッシュ時とそれ以外では、同じ道でも様子が全く違うからです。車がスピードを出しやすい場所はないか、川や用水路などの危険な箇所も確認が必要です。また、大事なものは、子どもと同じ目の高さを意識して見ることです。大人にとっては見通しが良くても、子どもの目線では木や看板の陰になって、車が来ていても見えにくい場所もあります。特に注意すべきは横断歩道。子どもは、車がどのくらいの速度で走っているかを判断することが出来なくて、「まだ遠いから大丈夫」と思って渡ってしまい、事故に遭うことも多いと報告されています。信号があって青の時でも信号無視の車が進入してくるかも知れません。子どもは言葉だけでは理解しにくいので、横断歩道と一緒にやってみて、体で覚えることが大切です。信号待ちでも車道のすぐそばに立つと、バスやトラックなどの大型車が曲がる時に後輪に巻き込まれる恐れもありますので、車道から1mは離れるように教えましょう。交通量が多いのに歩道がないなど、通学路そのものが危険なら、遠回りでも安全な別のルートに変更することも考えて下さい。交通事故のほかにも、不審者への対策も考えてもらいたいと思います。人通りが少なく周囲から死角になる道は狙われやすい。万が一不審な人に後をつけられたり、体を触られそうになったら、大声を出して大人に助けを求めると教える。「子ども100当番の家」があることも事前に調べて、場所を確認しておきましょう。さらに防犯ブザーを持たせる時は、ランドセルのすぐ手の届くところに付け、使う練習も必要です。困り事は日々起こる可能性があります。子どもに「何かあったら話してね」と伝えておくようにして下さい。



単位自治会	自治会長	体育推進員		青少年育成協力推進員
朝倉	桐山 義也	松井 剛	中村 知世	柴田 康弘
北野	矢野 裕史	久保 智哉	氏繩 久乃	上妻 正明
庄司川	森本 初郎	桐山 直樹	吉野 都	日比 亨
宮処	水畑 弥彦	西川 和宏	中村英利奈	森 佳祐
神明	高木 信行	大津 巖	林 千賀子	西川 直樹
市場	宇留生泰雄	河合 和弘	藤原 彩香	石井 育
城屋敷	石井 俊行	藤塚 武士	北川 恵実	井川 建一
中屋敷	北川 勝	佐久間佳弘	清水 弘子	堀之内孝志
最横	大庭 昭彦	桐山 利保	金子 和代	大庭 かをり
谷川	桑木野 巖	西川 雅也	杉山 淳可	若山 淳市
レンゲ"ローズ"	村田 明隆	小松 寛己	三浦 雅美	弘中 茂行
堅瀬古	佐藤 敏一	岩田 則明	大井 美里	北澤 雅紀
大峰	早崎 清美	小林 敏之	岩田 貞子	芳賀 為由
横瀬古	田邊 幸治	曾根 壽夫	岩田 明子	藤塚 正和
西沢	廣岡 仁志	三輪 久雄	山田加奈子	奥西真由美
谷中	小野 幹雄	栗田 智弘	栗田 万実	中嶋功太郎
南森下	大垣内幸作	林 大智	岩崎 明子	和田 浩治
境野	多賀 誠	不破 博之	多賀 多美	不破 俊明
東森下	春日井千穂	藤塚 正博	古市 訓子	小寺 正人

## 活動報告



2/20~3/19



3月9日  
宮代スポーツ少年団  
の卒団式が開催され  
ました。



3月16日  
いきいきふれあいサロ  
ンが開催されました。



2月29日 宮代小学校にて「昔の遊び体験教室」が、  
1年生を対象に開催されました。かるた取り・こま回し・  
けん玉・お手玉・メンコなどの遊びを楽しみました。

かるた取り



お手玉



こま回し



けん玉



宮代伝統の句会、身を地に託し  
その心を言葉の華と咲かせて  
届けて下さる人がいます……

\*どの辻を 往くも還るも 梅匂ふ  
川瀬 慶泉



\*あっさりと 消えるもけじめ 山の雪  
三和 光子

\*野の花と 土びな飾る 幼き日  
石垣 珠泉



\*手水鉢に 風花舞て とけにけり  
傍島 法苑

傍島 法苑

「南宮山登山道の陣跡や史跡に案内表示プレートの取り付け」

「宮代の自然と歴史・文化を愛する会」

当会は、令和2年度7月に宮代の自然と南宮大社を始めとする神社・仏閣や名所・旧跡の保存と周知啓発を目的に設立し、南宮山登山道の点検整備や登頂者数の把握、宮代観光案内所や南宮大社宝物殿の案内に取り組んできました。しかし、残念ながら地域の皆さんや登山客・観光客にはこれらの歴史・文化が十分理解されていない面があるので、町の団体提案型協働事業に応募して経費助成を受けて案内表示プレートを設置しました。南宮山には関ヶ原合戦時に西軍の陣が構築され、展望台には毛利秀元の陣が東蛇池の東方には安国寺恵瓊の陣が設けられ「曲輪」「空堀」「堅堀」「土塁」の遺構が完存しており、その遺構(縄張り図)で説明する案内表示プレートを設置したものです。また、南宮山の中腹には一部石垣群が残っており、これらの石垣も多くの登山者から不思議がられています。明治の初めまで南宮神社奥の院高山社の本地堂「宝珠院」や奥の院子泰社の本地堂「千手院」があり、また、その他の寺院・仏堂もあって修験者が修行を行った修験の山でありました。明治元年(慶応4年)国の神仏分離令(判然令)により、南宮神社の仏教関連施設(神宮寺)や僧職は分離され朝倉山に移築されたのです。今回、町の協働事業として行政の協力を得てこれらの歴史や経緯を記した案内表示プレートを設置しました。年間1万人近い登山者・観光客や地域の皆さんに是非知って頂きたいものです。

南宮十防「宝珠院」跡



毛利秀元陣城跡



＜編集後記＞ ★「想像力」

「想像力」という言葉があります。人間以外の動物たちには、同じ仲間が苦境にあっても、心が痛む、助けたいという心情は、親子関係以外ではなかなか表には現れないが、人間だけは別で、自分を、苦しんでいる人の立場に置いてみるという「想像力」があると思います。

命には人称があり、一人称、すなわち自分の命は何よりも大切、二人称、家族や大切な人の命もまた重い。三人称、見ず知らずの他人の命は、同じように尊いと分かっていますが、身を引き裂かれられるような思いとは若干距離があると思ってしまいます。この距離を埋めている物が「想像力」なのでしょう。

- 4月・5月の休館日(予定)
- 4月 2日(火)・ 9日(火)
- 16日(火)・23日(火)
- 30日(火)
- 5月 3日(金)・ 4日(土)
- 5日(日)・ 6日(月)
- 7日(火)・14日(火)
- 21日(火)・28日(火)

編集・発行

〒503-2124  
不破郡垂井町宮代664番地4 宮代地区まちづくりセンター  
TEL・FAX: 0584-22-1010



宮代地区まちづくり協議会 西川 一明  
E-mail: miyashirokou@town.tarui.lg.jp

