

御幣川区だより

PTA 愛の一声運動
明るいあいさつ、あふれる笑顔、
大きな声で私から

第208号発行
長野市篠ノ井御幣川区
平成26年 9月1日
世帯数 1014 世帯 (H26. 4. 5)

9月の主な行事予定

- 9月1日(月) 「御幣川区 安全・安心を考える日」(火の用心巡回等)
- 1日(月) 新町線道路の除草(福寿会 午前6時)
- 7日(日) 第48回御幣川区民運動会
- 13日(土) 少年野球通学区大会(8時30分~西横田河川敷グラウンド)
- 13日(土) 第48回市民運動会打ち合わせ会(19時~公民館2階大広間)
- 15日(月) 御幣川区敬老会(10時30分~公民館2階大広間)
- 18日(木) 環境美化推進員会(19時~公民館1階中会議室)
- 21日(日) 御幣川区資源回収
- 27日(土) 秋季大祭 宵祭り神楽奉納
- 28日(日) 秋季大祭子ども相撲大会(午後1時30分)

「御幣川区おはよう!ラジオ体操」4月5日(土)~10月26日(日) 土・日曜日の朝6時30分~45分 幣川神社!

☆☆「御幣川区だより」がカラーになりました!新コピー機設置!

8月25日(月)、高速・高画質でカラープリントもできる新しいコピー機を設置しました。スマホやタブレットからもプリントが可能で、使用料金(1枚モノクロ1.5円、カラー5円)、消費電力ともに現在より低く抑えられます。従来、モノクロが4円でした。尚、使い方につきましては、9月6日(土)10時~11時、印刷室にて説明会を行いますのでお集まりください。わからないことはいつでも区四役・公民館長まで電話等でご相談ください。

☆☆大払い堰「横田橋」架け替え事業の測量実施!

8月26日(火)かねてから要望のあります大払い堰の横田橋の架け替え事業に伴う測量作業が実施されました。現地説明会は後日、行われますのでご承知おきください。



☆☆盆踊り!和やかに輪になって笑顔が一杯!

公民館教養部長 桑原義敬



14、15日の両日、夕闇とともに幣川神社境内の舞台檜と彩りある提灯に灯りが燈り、御幣川区の親子連れが大勢神社に集まり始めました。境内に「炭坑節」と太鼓の音が響き渡り、いよいよ盆踊りの開始です。爽やかな夜風が吹く中、皆輪になって心地よい汗をタオルで拭い、また子供達に大人気の「サザエさん音頭」では、浴衣を着た子供達も踊りの輪に加わり

盆踊りを楽しみました。育成会役員による金魚すくい、PTA役員の方々による花火大会は、連日、子供たちに大盛況、境内には歓声が響き渡っていました。休憩時間に大行列のカキ氷を食べてひと休み。その後、9時近くまで、盆踊りの音色が境内に響き渡りました。



☆☆お茶のみサロンに80名！迫力の歌声に感動！

区総務 萩原淳

8月2日、御幣川区福祉委員会は、今年第1回目のお茶飲みサロンを公民館に於て、肥田雅宏さん(13常会)によるバリトン独唱会を開きました。連日猛暑の中、約80名の参加があり2階大広間を埋め尽くしました。仕事の傍ら昨年1月に初のリサイタルを開く等、現在活躍されておられます。肥田さんはロシアやイタリア民謡、日本の歌「浜辺のうた」等12曲を披露。途中、妻で長野合唱団員の明美さんの進行で「若者たち」等の全員合唱や「きみの手ときみの手」の歌唱指導もありました。また、廉澤美代子さん(福祉委員・4常会)の手話も大好評でした。肥田さんの歌声で、じっと目を閉じ聞き入っていた方が大半でした。生のバリトン独唱は迫力があり全員が元気を頂き、感性を磨かれた様な気持ちになりました。最後に肥田さんの今後のご健闘をお祈りをするとともに、林千穂実行委員長はじめ福祉委員の皆様大変お疲れさまでした。



☆☆貯金箱・手作り鉛筆に挑戦！親子工作教室！

久保田清絵(7常会)

夏休み、合戦祭り参加など大きなイベントも終えた中盤、8月9日「親子工作教室」に参加しました。子ども達と保護者約110人が一堂に集まり、半日かけて貯金箱と手作り鉛筆に挑戦。それぞれのお子さんのペースに合わせて楽しく進めていきました。黙々と一人で組み立てていく子、お父さんと一緒にすることが嬉しくて仕方ないといった子、友達同士でじゃれあいながら進める子



など様々なお子さんの姿がありました。普段わが子ばかり見ているので、そういった点でも地域の行事に親子で参加するのはいいなと思います。今後是非続けて頂きたい行事です。

久保田魁至(4年 7常会)さん

自分でデザインするのが楽しかった。早く実際に使ってみたい。来年も参加したいです。

☆☆篠ノ井少年野球大会優勝！を振り返って

保護者会長 蒔田昌弘



御幣川少年野球チームと会エースの合同チームとして3年目となります。チームとしても年々結束力が深まり、チームオリジナルTシャツ作成や新入団員募集のポスターを皆様のご協力のもと作る事ができました。また地域のお店の皆様には、快くポスターを貼って頂きまして心から感謝申し上げます。近年では、野球をする少年が減ってきて、チーム存続が危うい状況になっております。ポスターを多くの人に見て頂き野球の楽し

さを沢山のお子さんにお伝え出来たらと思います。今年は1月から3月の冬の練習で、基礎練習に力を入れてやって来ました。4月に行われたカルチェ春季大会では、粘り強い戦いでしたが初戦敗退、5月南長野連盟春季大会では1回戦を勝ち上がり、2回戦目は強豪を相手に頑張りましたが敗退。8月篠ノ井少年野球大会では、1回戦で投手も気持ちの入った好投をし、チーム一丸となって守りぬき、打撃では全員安打で力強い攻めが出来9点も取りました。2回戦も子ども達の強い気持ちが現れ念願の初優勝をしました。本年度も残すところ5試合となりました。監督、コーチの熱心なご指導のもと全力で取り組んでいきたいと思ひます。日頃より区長様、育成会長様の熱心なご支援ご協力を賜り深く心から感謝申し上げます。

☆☆夏休みラジオ体操に参加して！

飯島涼(6年・4常会)さん

7月28日～8月6日まで、朝、幣川神社で夏休みのラジオ体操がありました。

ぼくは、6年生なので他の6年生と一緒にみんなのお手本になるために、前に出て体操をしました。ラジオ体操が終わったら、登校班の人達のラジオ体操カードにハンコを押してからあめをもらって帰りました。最後の日にはラジオ体操が終わったらノートと蛍光ペンをもらいました。大事に使いたいと思います。ちょっと緊張したけど良い経験になりました。



☆☆空手の全国大会に出場して！

田中華梨(中1・4常会)さん

8月2日、3日宮城県グランディ21にて文部科学大臣杯第57回小学生・中学生全国空手道選手権大会がありました。今年は世界大会予選もかかっていたので、世界大会に出場できるようにがんばっていたのですが、7月5日の大会で胸骨を骨折してしまい約3週間練習ができず本番を向かえてしまいました。今回は自分が思うような成績を残すことができず、とてもくやしい思いをしたので来年は個人の部でメダルを取れるようがんばります。

藤澤結峰(6年・10常会)さん

私は、個人の形と組手に出場しました。形では1回戦、2回戦と勝ち進み決勝のときに少しバランスをくずしてしまい思い通りの形ができず8位でした。組手ではいつも2回戦くらいで、負けていたけど今年はベスト8までいくことができました。来年はメダルをとれるようにがんばりたいです。



☆☆「意地とプライド」全国大会に出場して！ 鳥羽晃平(中3・1常会)君



自分が所属している長野東シニアは信越で2位となり仙台で行われた全国大会に出場しました。3月の選抜大会では全国ベスト16となりました。今大会はベスト8以上を目指していましたが、自分は春の選抜から夏にかけて思うようにいかずチームに迷惑をかけてばかりでした。だから今大会には、だれにも負け

ない意地とプライドがありました。そして、はじまった全国。2回戦からの試合でした。相手は東北4強の塩釜中央でした。同点で向かえた4回、2死満塁でぼくに回ってきました。自分は今までの思いをすべてバットにこめ打席に入りました。きた球をおもいきり振りぬきました。ボールはレフトの頭を越えて逆転。それが決勝打となりました。キャプテンとして背負ってきたものがすべてふっきれ涙がでそうでした。結果的に11対3でコールドで勝ちました。全国の舞台でこういったゲームができたのはとてもいい経験になりました。次の日、ベスト16を決める戦いで相手の研究された戦術にはまり負けてしまいました。とてもくやしかったです。でも中学校生活最後の公式戦で自分の意地とプライドを見せつける事ができました。そしてこれまでたくさんの方に支えられ野球をやってこれました。地域の中でも応援してくださったみなさん、本当にありがとうございました。そしてこのチーム、仲間めぐり合えた事はとても幸せでした。自分をもっと高いレベルで野球をしたいと思っています。でも自分はまだまだです。もっと意識を高くもちだれよりも努力し自分の目標である甲子園に行く事、侍ジャパンに選ばれるようにがんばります。

☆☆女性バレーボールチームが優勝！

篠/井地区球技大会<8月24日(日)>

女性バレーボールチーム(監督 飯島農本・主将高橋淳子さん)が見事優勝、おめでとうございます。ソフトバレーチームは準優勝、400歳野球は第3位といずれも入賞しました！

選手のみなさんお疲れさまでした。



☆☆江戸時代の人気薬草酒(10種)~福寿会での講話より~講師 長瀬叶彦さん

薬草酒名	作り方	効能効果
古代三寸酒 (納豆酒)	納豆 200g を焼酎 1.8ℓ に加え、糖分レモン汁を適量加えるも良い。冷暗所に1ヶ月程置く。納豆は 15 日程で除く。	疲労回復・スタミナ強化・老化予防・納豆菌が腸内菌の働きを助け便秘や下痢を予防する。一日 30ml 飲む。
山薬酒 (ヤマノイモ酒)	ヤマノイモの皮をむき細かく刻んで天日で乾燥させ 200g を焼酎 1.8ℓ に加え、糖分適量加えるも良い。冷暗所に2ヶ月程置く。中身は1ヶ月で除く。	スタミナ強化・体力増進・強精強壮・風邪予防、一日 50ml 程を就寝前に飲む。根気が続かない時に飲むもよい。
生姜酒 (ショウガ酒)	ショウガ(ヒネショウガが良い) 200g を刻み焼酎 1.8ℓ に加え冷暗所に1ヶ月程置く	身体が温まり風邪に効果あり、胃腸を丈夫にする。一日に 50ml 程飲む。
山茱萸酒 (サンシュユ酒)	干したサンシュユの実 300g を焼酎 1.8ℓ に漬けて2ヶ月程冷暗所に置き、実は1ヶ月後に除く糖分を適量加えるもよし。	滋養強壮・強精・疲労回復・老化防止に効ありという。一日に 30ml 程を飲む。古書に神経安定と記あり。
菊花酒 (キク酒)	キクの花びら 100g を焼酎 1.8ℓ に漬けて、1ヶ月程冷暗所に置く。	菊は縁起の良い花、延命長寿・厄除けの薬草。新陳代謝・精神安定・滋養強壮に効あり。
シイタケ酒 (仙人の秘酒の一種)	どんこ型の生シイタケ6~7個を2時間程天日に干し(乾燥品はそのまま)、焼酎 1.8ℓ 焼酎 1.8ℓ に漬けて、冷暗所に1ヶ月程置く。中身のシイタケは 10 日で除く。	高血圧・動脈硬化・老化防止・生活習慣病予防に良い。成分のレンチナンは免疫を高めエリタデニンが悪玉コレステロールを排除する。
マツバ酒 (仙人の秘酒の一種)	アカマツの若葉 350g を刻み焼酎 1.8ℓ に加え3ヶ月冷暗所に置く。ガスが発生するので栓はゆるくする。葉は2~3ヶ月後に除く	高血圧・心臓病予防に良いという。ケルセチンとビタミンCの血管強化作用による。一日に3回、1回 20ml 程飲む。渋味に注意。
ヨモギ酒 (魔除の霊草酒)	春から盛夏にかけてヨモギを摘み取り 350g を焼酎 1.8ℓ に漬けて1ヶ月程冷暗所に置く。中身のヨモギは 20 日程で取り除く	強壮・健胃・風邪・喘息等に効ありという。成分は葉緑素・精油・ビタミンA、B・ミネラル等1日 60ml 程を就寝前に飲む。
豆淋酒 (黒豆酒)	黒豆3合を炒って焼酎 1.8ℓ に漬けて1ヶ月冷暗所に置き干山椒の実5gを加えれば尚良	強壮・生活習慣病・便秘・更年期障害予防・老化予防等に良いという。
ニンニク酒	ニンニクの皮をむき輪切りにし、300g を焼酎 1.8ℓ に漬けて、約1ヶ月冷暗所に置く。臭いをきらい人は予めニンニクを3~4分蒸してから漬ける。	疲労回復・食欲増進・強壮強精・高血圧予防・冷え症。<注意>ニンニク過食の害は溶血・腸内必要菌の胃粘膜炎症・口内炎等。



☆☆お知らせ☆☆

1 第48回御幣川区民運動会9月7日(日)
に積極的に参加しましょう！

2 区資源回収は9月21日(日)です。ご協力お願いいたします。