

館報

はだ



令和5年9月1日現在

世帯数	6,400戸
人口	15,403人
男	7,478人
女	7,925人

15区町内公民館 七夕祭り

15区では、毎年8月第一日曜日に七夕祭りを行います。

各家庭で願い事を書いた短冊や、七夕飾りを飾った笹を持ち寄り、事前に三角錐状に組んだ枠の中に麦わらを詰め「牛」に笹を押し込みます。

その「牛」に小学校6年生が火をつけて燃やします。大きく燃え上がった炎と共にみんなの願い事が天高く上がっていきます。



昨年の様子

10年以上前は、「七夕流し」として、上川原マレットゴルフ場近くの梓川で行われていました。そして今では考えられませんが、当時は「牛」は燃やした後、梓川に流していました。

その後、近くの小川で「マストかみ大会」を行い、バーベキューをしてお肉を頬張ったのもいい思い出です。



梓川で行っていた当時の写真

梓川が平成30年の豪雨災害で本流だけとなり、小川がなくなってしまう。そのため河原は危険ということで入らなくなりました。現在は15区の遊園地で行っています。

今年15区の2年に一度の納涼祭と合同開催のため、納涼祭のメインイベントとして、最後に七夕祭りを行いました。

火は瞬く間に大きな炎となつて燃え上がりました。

男の子たちは炎の大きさに「お、すごい」と歓声をあげて飛び回り、女の子たちは炎を遠目に眺めながら、短冊の願い事が叶いますようにとお祈りしていました。子供たちの願い事が無事叶うといいなと思います。



8区町内公民館に

初の女性公民館長成る!



8区町内公民館は、4月より正・副公民館長ともに女性を選出され、コロナ禍で停滞していた事業に町会と連携して取り組んでいます。

事業として、5月は町内公民館対抗ソフトボール大会にBリーグで参加し、グループ内で2勝しました。5年ぶりの大会で心配していましたが、力は十分に発揮され、慰労会も大いに盛り上がり、楽しんだ一日でした。

6月は「出前ふれあい健康教室」が開催され、30名の参加がありました。「フレイルを予防しよう」というテーマで、

- ① フットワーク軽く
 - ② レッツ貯筋
 - ③ イイ菌を保ち
 - ④ おいしく食べる
- という内容についてでした。参加された方からは「楽しく参加できた事がフレイル予防になりますネ」と笑顔でした。

今後の計画は、防災訓練、マレットゴルフ、敬老会、元旦マラソンです。防災は

総合防災訓練要項が示されたので、隣組長が声を掛け合い参加します。敬老会は該当者増加により、創意工夫を期待しています。元旦マラソンは8区の目玉事業であり、コロナ禍でも中止することなく継続しており、近年ウォーキングを取り込んだことで老若男女多くの方々が参加しています。

高齢化率が高まり、地区内の連携はより重要となっておりますので、男女共同参画・ジェンダー平等での運営に期待しています。



出前ふれあい健康教室(6月)

変わりゆく波田の風景

50年程昔、波田に越して来た当時、周囲の風景は田んぼだらけで、夏になると蛍の光で田んぼが照らされ、それは幻想的な光景でしたが、今となっては記憶の中の思い出になってしまいました。

30年程昔、下水道が通り、下水処理場、波田扇子田運動公園ができました。テニスの練習やスケートボード、バスケット、サッカーの練習など、若い方々が多く利用されるようになりましたが、今そこに中部縦貫自動車道の橋脚、橋桁が作られています。

また、今年度については昨年に引き続き、波田・梓川合同の松本水輪花火大会が中止となりました。

連日大型ダンブカーやトラクタが頻繁に行き交い、かつて田畑や住宅であった場所が自動車専用道路になる準備が進められています。まさか自分が住む一角に自動車専用道路ができるとは、50年前からは想像も出来ませんでした。

新しい施設や住宅、道路が作られていく中で、近年は昔からの波田の風景が変わりつ



つありますが、果たして中部縦貫自動車道はどのような波田の未来の姿を描いていくでしょうか。

遊YOU大学

7月5日の講座は「はじめの太極拳」でした。

中国で長い歴史を持つ優雅な動きにどれだけ近づけるか、始めてみると、両手両足、そして呼吸、みんな違う動きにそれぞれが確固たる意志を持ち、ついていけない我が手足！あれっ？あらかっ？ともたまたましている間にシルクロードの美しい響きとともに流れるように時間が過ぎて、ゆっくりなのにゆっくりだからこそその難しさを知らしました。年齢に合わせて大きく揺らぐ体幹にもびっくり。

この一連の動きが身についたらどんなに心と体を癒してくれることかと思えました。



8月8日の講座は、賢い患者になるために「上手に医療機関にかかりましょう」で、とても大事な医者にかかると10箇条を学びました。

まずは、出来そうでも難しい基本の医療従事者とのコミュニケーションから。受診前に聞きたい事、伝えるべき事等をメモしながら準備し、納得できるまで治療や検査の説明をしっかりと聞いてその先へ。気持ち強く、病気と向き合うために私たちもちょっとした心掛けが大切だと痛感しました。



昨年のバス研修は布引観音温泉へ！

遊YOU大学の講座は多様でとても興味深いです。

スポーツや音楽にもふれあうことができ、そして毎年行き先が楽しいバス研修もあります。これからのバス分野の講座を楽しみながら学びたいです。



10月は秋本番。今年の夏は全国的に酷暑が続きましたが、例年通りならずすっかり残暑も落ち着き、過ごしやすい日々が訪れます。

秋といえば「食欲の秋」ですね。秋に食欲がわくのは人間の本能です。夏は暑いので、体温の上昇を抑えようと体は冷たいものを欲しがり、冬になると寒いので、体温を保つため沢山のカロリーを摂ろうとするそうです。

また、幸せホルモンとして知られるセロトニンは満腹中枢を刺激して食欲を抑える働きがあり、日照時間に応じて分泌量が変わるため、夏に比べて秋は減少します。私たちの体も冬への準備期間に入ります。

秋は新米をはじめ、きのこや秋刀魚、栗やさつまいも、ぶどうや梨など、沢山の食材が旬を迎えます。

皆さんも今年の秋の味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか。

