

「城端まちづくり協議会」だより Vol. 68(12月号)

令和6年12月25日発行
発行 城端まちづくり協議会
城端交流センター
(城端庁舎内)



TEL/FAX 0763-62-1066
メールアドレス jouhana.kmn@gmail.com

部会から行事報告

【教育・文化部会】

教育文化-11 「秋の芸術祭」

11月24日(日) じょうはな座にて、城端まちづくり協議会主催による「秋の芸術祭」と題して5団体による演奏・演劇を発表いただき、南砺市内外のたくさんの方に鑑賞いただきました。参加者数：150名以上。出演は以下の5団体です。

1. 城端小学校 民謡クラブ

月に一回程度、地域の方に講師として来ていただき、練習した地方や踊りの成果を披露いただきました。

披露いただいた「こきりこ節」「麦屋節」は今年度民謡クラブに集まった子供たちが「やりたい!」と強い思いをもって選んだ楽曲です。



2. ichi さんの～ 優しく奏でる心優しい アイリッシュハープと歌声 ～

ケルト音楽や童謡、皆さんがどこかで耳にした曲をアイリッシュハープの音色と歌「星めぐりの歌」「いつも何度でも」「アイルランド民謡」の他、アレンジした「こきりこ」を披露いただきました



3. Quartet the MOON (カルテット・ザ・ムーン) ～ ジャズへの誘い ～

富山・石川両県で幅広く活躍する4人(サクソ/ギター/ドラム/ベース)が著名なスタンダードジャズをはじめ、スイング感たっぷりの本格的なジャズに皆さん、大変満足されていました。また、代表的なジャズ曲以外に、地元城端の民謡「こきりこ」のアレンジもあり、手拍子を含め、拍手喝采となりました。

この団体は、県民の活動要望に合わせた芸術家などのグループを派遣する「とやまアーティストマッチング事業」を活用。



4. 馬川透と伊豆牧子の ～ 薩摩琵琶とコンテンポラリーダンスの共演

馬川透氏(真教寺住職)の薩摩琵琶による「那須与一(平家物語)」に合わせ、伊豆牧子さんの身体の重さを感じさせるダイナミックなコンテンポラリーダンスを舞台狭しと披露いただきました。



5. 城端小学校6年生 劇「魔法のアルバム」

子供たちの劇を通して、地域の人に、城端のよさを改めて感じてもらう、未来に向けた子供たちの思いを伝えます。劇は、「魔法のアルバム」を通じて、自分たちが感じた城端のよさを伝え、「麦屋節」(演舞)、「大切なもの」(合唱)を披露いただきました。子供たちの思いは多くの方に届いたと想います!



教育文化－12 「そば打ち体験」 開催！

12月15日(日)、「富山蕎麦研究会 城端道場」(代表：川田義則氏)にて、「そば打ち体験」～親子・3世代・友人と一緒に体験しませんか！～を開催しました。

参加者：延べ12名(大人8名、子ども4名)。



講師の方から「7：3(そば粉：中力粉)」「南砺産(井口)の新そば」「美味しいそばになる『三立ての原則(挽きたて・打ちたて・茹でたて)』」の説明を受けた参加者は、早速張り切って作業を開始しました。手早くよく練る、ところどころ生地がくっつかないように打ち粉をふるなど、たくさんのコツを教わりました。そば粉と水を人の手で「練り」「のばして」「切る」という、いたってシンプルな作り方ですが、その奥はとても深い。



今回は残念ながら、ゆでる作業(試食)はできませんでしたが、道場に伝わる裏レシピを教わり、みなさん、自分で打ったソバは、どのようにして召し上がったのでしょうか？

(参加者の感想)

- ・そば打ちは難しいと思っていたが、やってみたら楽しく打つことができた。
- ・講師の方の丁寧なご指導のもと、不器用な自分でも何とかひと通り体験できて嬉しかった。
- ・出来たての新そばを家族で食べるのがとても楽しみだ。
- ・以前から体験したいと思っていた。親子で参加したらハマって楽しかった。毎年開催してもらいたい。

教育文化－13 「ミニ門松づくり体験」 開催！

12月15日(日)城端勤労青少年ホームにて、桜が池ネイチャースクールの講師3名(代表：水上成雄氏)を迎え、高さ30cm程のミニ門松づくりに挑戦しました！親子等10名参加。

門松は、「お正月様」と呼ばれる歳神(としがみ)の依代(よりしろ)として、年の初めに玄関先に飾る縁起物です。

材料：土台となる竹(高さ5cm×直径15cm)、細い(直径2cm)竹(竹：生命力の象徴)、松：長寿・繁栄の象徴、南天：ナンテン(難転「難を転ずる」)に通じる縁起物 他 稲穂、ヒサカキ 等

まず、講師の方から門松の歴史や材料の解説をしていただいた後、細い竹をのこぎりで20～30cm程の竹づくり(3本)から始めました。



3本の竹を竹先の面の形、高さを調整しながら土台の竹の中に固定していきます。

3本の竹を中心に、縁起物の松、赤い実の南天、檜、稲穂等を隙間に差し込み、かっこよく飾って完成です。

教育文化ー14 「写真コンテスト」実施

魅力ある城端地区の行事・四季・風物詩等を対象とした応募写真による「写真コンテスト」を開催いたしました。

応募いただきました皆様、ありがとうございました。入賞作品は、令和7年のカレンダーに採用させていただきました。

入賞者は以下の通りです。 入賞 おめでとうございます！！

最優秀賞	：	「獅子舞 2024in 神明宮」	松居 裕 さん
優秀賞	：	「一致団結」	河合 覚 さん
優秀賞	：	「所望の相談」	河合 常晴 さん
優秀賞	：	「あと少し・・・」	竹中 誠 さん



【福祉・健康部会】

福祉健康ー5 「フレイルチェック」の実施

11月27日(水)、南砺市地域包括支援センターと市民ボランティアのフレイルサポーターの方々にご協力をいただき、65歳以上の方を対象に「フレイルチェック」を開催しました。参加者：11名。

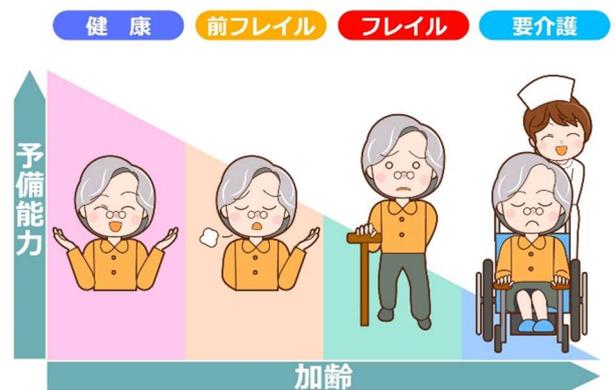
『フレイル状態にしない！あいうえお』に基づき、自分の体のどこが元気で、どこが元気でないのか、順番に確認しました。

まず、自分の両手で作った輪でふくらはぎを囲んで筋肉量を調べる「指輪つかテスト」を行った後、『栄養』『口腔』『運動』『社会性・こころ』の項目について深掘りチェックをし、前回(5月)と現在の状態を比較しました。

(参加者の感想)

- ・最近体が衰えてきたと自覚していたが、実際にデータを見たらやはり良くなかった。今回教えてもらったスクワットを今日から始めよう！
- ・年々体と記憶の衰えを感じている。これ以上に悪くならないよう食事に気をつけながら簡単な運動と社会参加を続けていくつもり。

フレイル：「健康な状態」と「要介護状態」の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下がみられる状態を指す



フレイルチェックの様子①



フレイルチェックの様子②



フレイルチェックの様子③

部会等からの行事予定

【福祉・健康部会】

福祉健康－1 「健康体操」〈開催予定〉

地区内の高齢者が集まり適度な運動や参加者同士の交流を通して介護予防に取り組む「健康体操」は、体操の講師の指導の下、月2回（第2火曜、第4火曜）の頻度で65歳以上の高齢者の方を対象としています。

皆様のご参加、お待ちしております**（参加無料）**。

1月（予定）： **1月14日（火） 1月28日（火）** **10時～11時頃**

場 所： 城端庁舎 202号室



福祉健康－2 「資源集団回収事業」〈開催予定〉

資源ゴミの回収の促進、資源ゴミが出せない方々に地域の方々の協力を得て資源回収を図ることを目的に、月1回に頻度で資源回収事業を実施しています。



回収物	アルミ缶、新聞・チラシ、雑誌、段ボール
日時	毎月 第3日曜日 8時～11時《 雨天決行 》
場所	城端市民センター裏の車庫

次回： **1月19日（日） 8時～11時**



「おしゃべりサロン」は民生委員や地域福祉推進員が中心となり、高齢者が住み慣れた場所でお互いにつながりを深め、健康で生き生きと過ごすことを目的として、地域の公民館などでいろんな活動をしています。

「東新田おしゃべりサロン」紹介



11月15日（金）、東新田公民館で本年度7回目の「東新田おしゃべりサロン」を開催しました。参加者19名。

最初に「男女共同参画推進員」による『皆が住みやすい地域づくり』に関するアンケートに協力・対応しました。また、民生委員から最近問題になっている『**特殊詐欺の注意喚起**』を行いました。

その後『**翔の会による舞踊**』（代表：高田かおる氏他8名）による素晴らしい舞踊9曲を鑑賞しました。次に、参加者全員で越中おわら節を踊りました。皆さん踊り好きな方ばかりで、公民館が狭くなる程の大きな輪ができました。全身を動かし、仲間と踊る楽しさで大いに盛り上がり、あっという間に時間がたちました。

お昼には、地域福祉推進委員の方々による『**手作りのおはぎ**』を頂きました。「出来立てで、とても美味しかった！」と高評価でした。

帰り際には「今から訪れる冬を元気に過ごして、来年もまた全員の方に参加していただきたい」と、一人ひとりに声をかけて見送りました。

（文責：東新田 民生委員）