

# 塩治 コミュニティ センター報

塩冶地区の世帯数と人口  
令和5年8月末現在

世帯数	7,316世帯
人口	15,506人
(男)	7,541人
(女)	7,965人

ENYA COMMUNITY CENTER NEWS

電話/0853-21-0248 Fax/0853-21-3837  
メールアドレス/enya-cc@local.city.izumo.shimane.jp

No.210 [2023年9月20日発行]

## こんな事業をしました! -自主企画報告-

今年度の自主企画事業が5月からスタートしました。  
多くの皆様にご参加いただき、ありがとうございました。

### ふるさと探訪 6月16日(金) まちづくり部

晴天に恵まれ、22名が参加してバスで「ふるさと探訪」に出かけました。

今回は出雲神話の一つ、ヤマタノオロチ伝説が語り継がれる雲南市加茂町を探訪。八口神社から草枕山（オロチがこの山を枕にして寝ていたと伝えられている）を望み、次に尾留大明神旧社地、御代神社を巡りました。

最後に訪れた神原神社では、復元された古墳の石室に、参加者の皆さんは興味が尽きない様子でした。

地元の伝承を聞きながら古代のロマンを感じた探訪となりました。

八口神社



八口神社から  
草枕山が見えます



神原神社



スサノオノミコトが  
オロチの尾を開いて、  
三種の神器の一つ「天  
叢雲剣（アメノムラク  
モノツルギ）」を得た  
地です。



尾留大明神旧社地

次回の「ふるさと探訪」は  
11月開催予定です。  
皆さまのご参加を  
お待ちしております!

# こんな事業をしました！ —自主企画報告—

## サタスク開校式

5月13日(土)

青少年部



5月にサタデースクール開校式を行いました。今年で22回目となるサタデースクールには、カンファー・銭太鼓・キッズダンス・囲碁の4教室に子供達に参加します。来年の2月までみんな仲良く、楽しく練習に励みます。



## 廃食油石けん作り

女性部

6月6日(火)

女性部では定期的に廃食油石けん作りをしています。今回は参加者4名と女性部員7名で作りました。少人数の参加でしたがリピーターの方が多く、「以前作った石けんを使用して、よさを実感しています。汚れ落ちがすっきり、手荒れもなく今冬はハンドクリームも使用しなくてすみました。」「なくなるタイミングであってよかった。」と感想をいただきました。和気あいあいおしゃべりもしながら楽しい催しとなりました。



## EMぼかし作り

まちづくり部

6月30日(金)

参加者5名でEMぼかしと発酵液を作りました。EM(有用微生物群)のはたらきで作られるEMぼかしは、土壌改良肥料として活用することができ、生ごみを減らすなどの環境づくりに役立つ肥料です。SDGsにつながる活動としても関心が高く、活用法やコツなどを確認しながら、手際よく作業を進めていきました。

和やかな雰囲気の中、参加者同士で出雲弁についての会話が弾み、地域の交流にもつながりました。



## キッチンでできる 楽しい草木染め

女性部

7月3日(月)

講師に佐藤良美先生を招き、普段捨ててしまう玉ねぎの皮やコーヒーの残りかすといった身近な材料を使って染色体験をしました。デザインの出し方もたくさんの方々の参加で色々な工夫がみられオリジナルのハンカチが染め上がりました。参加者からは「藍染は体験したことがあったが、今日教わったのは家でもできるので是非またやってみたい。」「初めての体験だったけど模様や色の出し方も楽しかった。」と感想をいただきました。



## 植木鉢作り

まちづくり部

7月13日(木)

新聞紙とセメントを使って植木鉢を作りました。通気性、保水性、水はけに優れたこの植木鉢は、古くなったら砕いて底石に再利用でき、ゆくゆくは自然に還るエコなグッズです。

細かくちぎった新聞紙をお湯に浸して柔らかくなるまで練り、セメントを混ぜ合わせて型を使って成型し、生地が乾いたら完成です。

新聞紙をペースト状にするまでの作業や、生地の固さの加減に苦戦する場面もありましたが、オリジナルの植木鉢で「何を育てようかな」と、楽しみが増えたようでした。



## 専門部研修

6月28日(水)



### とっとり花回廊

鳥取県西部にある日本最大級のフラワーパーク「とっとり花回廊」へ、コミセンの事業委員の皆さんと視察研修に行ってきました。

当日朝、出雲は雨が降っていましたが、とっとり花回廊に到着した時には雨は上がっており、園内を傘なしでまわることができました。園内では花の手入れをする職員の方もたくさんおられ、花壇づくりの質問をする事業委員もみられました。



また、バスの中では各部で秋の事業の話の深めていましたので、今後の事業を楽しみにしてください。詳しい内容は、チラシでお知らせします。

また、バスの中では各部で秋の事業の話の深めていましたので、今後の事業を楽しみにしてください。詳しい内容は、チラシでお知らせします。



## 活動紹介

いつもありがとうございます。地域の皆さんがボランティア活動をしてくださっています。

### 春・夏の交通安全運動

塩冶地区では塩冶地区交通安全対策協議会が中心となり、地域の推進委員さんとともに地区内5ヶ所で全国交通安全運動に合わせ5月と7月に月2回の街頭指導を行いました。



### 自衛消防訓練

8月18日(金)



8月18日に自衛消防訓練を実施しました。調理室から出火したと想定し、職員が初期消火・避難誘導・通報の役割を分担し訓練しました。避難訓練終了後には今年も水消火器を使った放水訓練を行いました。万が一、火災が起こったときの訓練も行いますが、これからも火災が発生しないよう注意していきます。

避難訓練に参加して下さった社会福祉協議会企画部の皆さん、書道教室の皆さん、ありがとうございました。



## 良い睡眠で、心の健康を保ちましょう！



夜眠れない、朝すっきり起きれない等、睡眠で悩んでいることはありませんか。

睡眠は食事や運動と並んで、健康を維持していくためには欠かせないものです。睡眠不足は、生活習慣病のリスクを高めたりと、身体面にも影響を及ぼします。

ご自身の睡眠を見直して、心身ともに健康な生活を送りましょう。

### ～快適な睡眠のために～

- ・入浴は就寝の1～2時間前に
- ・就寝前の夕食は避ける
- ・就寝前は携帯等の使用を避ける
- ・同じ時間に起き、朝日を浴びる
- ・朝食をきちんと食べる
- ・日中は適度な運動を心がける

- ・眠くなってから布団に入ろう
- ・昼寝は15時までに20分程度

### こんな症状が続く場合は注意！

- なかなか寝付けない
- 十分寝ても疲れが残り、日中強い眠気に襲われる等、日常生活に影響がある
- 起床後、なかなか布団から出られない
- 何度も目が覚める

症状が強い、2週間以上続く場合は、かかりつけ医等にご相談ください。



出雲保健所では、心の相談を受け付けていますので、ご活用ください。

【お問い合わせ先】出雲保健所 心の健康支援課 TEL:21-1653

# 今号の『えんや物語』

日本の秋の味覚「松茸」。昔から高価なものとして珍重され、「松茸の城（採れる場所）は子にも教えるな」という言葉があるほど、松茸の採れる場所はとて貴重な情報でした。かつてはどんな苦勞をしながら自分の城を守っていたのでしょうか？

# えんや物語

第7号  
平成11年11月発行  
塩治公民館文化部  
題字 万代順子氏

## 秋の味覚 松茸採り

十月になれば、秋の味覚に野も山も大変賑う好季節、中でも松茸採りの主は友をさけ、一人で山に向う。昔からきのこの王者松茸は貴重で高価なもので、一般の食卓には、どうてい上ってこないのが普通で、今では葉にしようにも見られないのが現状である。

というのも山野の松が、松食い虫にやられ、松茸に限らず、他のきのこも全滅と言っても過言ではない。

そこで、昭和十年から二十年代頃の松茸採りの行動を追って見ることにしよう。松茸は赤松のある茂み、山頂、尾根、そして南に面した日当りの加減で判断される。そして山一面に生えるものではない。生える面積は二十〜三十坪で、いわゆる、これが松茸城という。広い面積に生える所は誰にも知られ、山主によって縄張りがしてあり、そこに入ると、番人がおり罰則が厳しく容易に入れなかった。

ところが誰にも知られない、自分一人が知っている城に行くには朝早く人影の少ない頃山に向かい、山道をまともに行つては他人に後をつけられてしまう。だから大廻りをしながら左へ、右へと進路を変え、城に近づくと三歩進み立ち止まり、幾度かこれを繰返し、後をつけて来る他人がいるかどうかを確かめるのである。他人が後をつければ必ずガサガサ音がするのでその時は、はからずして全く城の反対方向に逃げて行くのである。

自分の城を守ることは、並たいていではない。その様な苦勞を重ねながら城に入れば松葉、落葉をもりもりかつぎ上げ頭を出している。一本一本丁寧に抜いては、跡をおさえておく。一本あると一列に四、五本はある。小さいのはこの次の楽しみとして、一箇所で十本〜二十本位の収穫、二、三箇所の城を知っている人は一寸した袋に一杯になる。

ある職場のレクリエーションで松茸狩り等に般若寺山に行くことが決り、お寺の後の山、ここは誰も知っていて多くの人が入れ替わり入る山で、生える暇のない所であったが、とにかく皆さんに楽しんでもらうため、当日二、三十本を前もって木の株の根っこや、松の木の下に挿しておき、皆さんの歓声に答えたものである。

松茸城は親、妻子にも言わず、一人で城を守る、昔ながらの日本人の悪夢ではなからうか……今は通用しなくなった悪夢も時代の変貌には勝てず、誠に残念である。  
(飯国嘉夫里)

## ようこそ 塩治コミセンへ!

### 中学生職場体験 9月6日(水)~8日(金)

出雲市立第二中学校の3年生3名が、3日間の職場体験を行いました。受付の仕事やポスター・チラシ作成、花の手入れの他、清掃活動などを体験。また、塩治小学校2年生の児童たちの生活科学習や、地域のグループ「健康サークル」「料理やろう会」の教室に参加し、交流を深めました。



### 塩治小学校 2年生活科 9月7日(木)

塩治小学校2年生の児童が生活科の学習でコミセンにやって来ました。コミセンや地域団体の活動の様子など、センター長の話を真剣な眼差しで聞き、元気よく手を挙げて発言していました。



## ご寄贈お礼



出雲市更生保護女性会 様  
雑巾 (5枚)  
ありがとうございました

## 今後の予定

- 10月5・6日(木・金) 花を植えて街をきれいに
- 10月17日(火) 区民ハイキング
- 10月24日(火) 大人の社会科見学さんびる
- 11月4・5日(土・日) 文化祭
- 11月24日(金) ふるさと探訪
- 11月29日(水) こんにやく作り
- 12月21日(木) 豆腐作り
- 12月26日(火) お正月花アレンジ教室
- 12月28日(木) 仕事納め



コミセンの玄関横に、「今後のコミュニティセンターの事業」を掲示しています。