



2025年 1～2月の行事予定

※下記の予定は1月16日時点の情報であり、追加・変更の場合はご了承ください。



コミセン(上段)・うるおいの郷(下段)						
日	月	火	水	木	金	土
19 ・駅伝カーニバル	20	21古紙回収 ・つばきの会 ・県道三刀屋線説明会 	22	23文書配達 ・四つ葉会 ・健康づくり推進員連絡会	24 ・自治協会	25
		・慶人会		・料理サークル	・料理サークル	・書道
26 ・JA座談会	27	28古紙回収 	29	30 ・大正琴	31	2/1
				・手芸サークル		
2 ・一中吹奏楽部 	3 ・みちくさ教室	4古紙回収 ・つばきの会 ・社福 	5 	6 ・木曜会	7 ・あみものサークル	8 ・かみつ里山食堂準備 ・書道
・一中吹奏楽部				・建築組合		
9 ・かみつ里山食堂	10	11建国記念の日	12 ・ミニデイサービス	13文書配達 ・四つ葉会	14	15 ・上津探検隊
				・医療生協		

かみつ里山食堂便り

12月8日に里山食堂を開催しました。今回も多くの食材を寄付して頂き、ありがとうございました。

かみつ里山食堂メニュー

- ◎菜飯 ◎酢豚
- ◎豚汁 ◎さつまいもサラダ
- ◎みかん寒天



また、株式会社カイハツ様より市内34カ所全ての子ども食堂に寄付金を頂きました。社会貢献の一環として、地域において重要な役割を担っている子ども食堂を応援しようというお気持ちからです。地元の方々はもとより、こうして他にも支えて下さる方々がいらっしゃる事は大変心強いことです。改めてお礼申し上げます。

今回、初めてアンケートを実施致しました。多くの方に喜んで頂いている事がわかり、スタッフ一同大変励みになります。金額を心配して下さる声もありましたが、皆様の寄付や出雲市の助成金、スタッフの努力で現状維持としていきたいと思ひます。有料ですが食後のコーヒーを始めましたので、ご利用下さい。より居心地の良い場所になるよう今後も改善していきたいと思ひます。

里山食堂は、子育て世代の家族の方、一人暮らしの方、高齢者のみの家庭の方などがゆっくりと楽しく食事をできるようにと考えています。町内外問わず気軽

においで下さい。

家庭の事情や身体上の理由で、食堂に来られない方からご相談があった時には、予約で弁当の提供の対応をしております。事務局まで連絡をお願いします。

(遠藤和則 0853-48-2389)

携帯 090-6835-8109)

今月のレシピ ◎豆腐と鶏肉のフワフワナゲット

～嘉本さとみさん(上島上ゲ)レシピ～

材料(4人分) 鶏ミンチ300g
～400g、豆腐300g(1パック150gの3個セットが便利)
A【小麦粉大さじ4、片栗粉大さじ4、マヨネーズ大さじ4、鶏がらスープの素小さじ3、しょうゆ小さじ2、にんにくチューブ小さじ1、塩こしょう適量】 揚げ油 適量



作り方

①豆腐はキッチンペーパーで包み、軽く水気を切っておく。

②①と鶏ミンチをAとよく混ぜ合わせる。(結構緩めです)

③フライパンに油を1～1.5cm位入れて熱し、スプーンで生地を成形しながら入れ、中火で片面3分ずつ揚げ焼きにする。(こんがりきつね色に揚げればOK)

＜ポイント＞お好みでケチャップやマスタードをつけて下さい。コーンなどを入れても美味しいです。

＜食育指導士 遠藤 訓子＞



～斐伊川が育んだ 上津ロマン～

上津コミュニティセンター報 2025年 1月



第310号

かみつ

発行：上津コミュニティセンター

所在地：出雲市上島町1031

電話：0853-48-0301

FAX：0853-48-0361



上津の人口
令和6年11月末(前月末比)
世帯数 391戸(-1)
人口 1,055人(-2)
男性 548人(-2)
女性 507人(±0)

本年もよろしくお願いたします



このQRコードをスマホのカメラで読み込むと上津コミセンのHPへ！ぜひお試しください。

新年のご挨拶

上津コミュニティセンター センター長 山根 均



上津地区の皆様、新年あけましておめでとうございます。令和7年の迎春を謹んでお慶び申し上げます。

今年は巳年、皆様にとりまして、蛇のようにしなやかに、確固たる目標に向かって素敵な一年になりますようお祈り申し上げます。

昨年は、コミュニティセンターの自主企画事業に対しまして、皆様からいただきました、ご指導とご協力によりまして、事業が概ね実施できましたこと深く感謝申し上げます。(文化祭の中止はとても残念でした。)

今年も、自治協会をはじめとする各種団体の皆様と連携を図り、地域の総合的な拠点として事業を運営してまいります。そして、地区の皆様が気軽に集えるコミュニティセンターを目指し、職員一同、明るく楽しい雰囲気づくりに努めてまいりますので、引き続き格別のご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、皆様が一年を通して健康で災いのない平穏な年でありますよう心よりご祈念申しあげ、新年のご挨拶とさせていただきます。

ほのぼの上津



↑立派な門松をありがとうございます

←彩雲が空に！吉兆ですね



↑AKIRA(ユメ/カタチ)さんからCDの寄贈がありました

←今年は巳(ヘビ)年(酉谷)

わたしの水墨画



平穏な年に
なりますように

榎原 富子

明けましておめでとうございます



写真1



写真2



写真3

新年のやぎランドには干支の動物がやって来るのが定番。元日の朝、ふと見ると脱皮中の派手なヘビが（写真1）。何かとちょっと近づいて確認する「もこ」と「りん」（写真2）。ヘビは神の使いと言われたり、再生や金運・繁栄の象徴とされる生き物、でもいくら縁起がいいと言ってもちょっと怖いお二人。その点、年長の「ももこ」は堂々としたもの、びくともせず（写真3）。めでたいヘビに沸くやぎランド、今年もスツクリです。

こんにちは！上津幼稚園です



12月25日に2学期終業式に併せて『島根県保育所・幼稚園造形作品展』の表彰式を行いました。出品した絵が3人共に入選になり、園長より賞状をいただきました。日々の生活の中で心を動かしたことを表現した絵は、その子供らしい素敵な作品です。遊戯室に掲示していますので、見に来てください！

第37回 出雲市隣保館まつり
令和6年度 人権標語入選作品

☆小学校低学年の部(入選)
まちがいたよと
はっきりいえる そのゆう気

上津小2年 池田 絆人さん(船津原)

全国大会出場おめでとうございます！

★きのくにロボットフェスティバル2024

和久輪町内の渡部竜二さん、渡部太一さん（上津小6年）が、12月14日に和歌山県御坊市立体育館で開催された「全日本小中学生ロボット選手権全国リーグ戦」に出場されました。渡部さん親子は小学生部門：「ボールシューティング」にエントリー。市販のロボットをベースに改造を加え、ボールを相手のコートに入れた方が勝ちという対戦型の競技を行いました。

昨年は県予選で敗退しましたが、今年はいろいろな工夫を凝らして製作したロボットを使い、見事念願の全国大会に臨まれました。渡部さん、出場おめでとうございます。

★高校生童話大賞

船津上ゲ町内の内部泰成さん（出雲高校2年）が「高校生童話大賞」（主催：全国高校生童話大賞実行委員会、富士大学・花巻市・花巻市教育委員会）に応募され、見事「銀賞」を受賞されました。応募数は全国128校から649点、そのうち金賞1名、銀賞3名、銅賞7名でした。受賞作品のタイトルは『凍み炭団』（しみたどん）です。12月7日（土）には、宮沢賢治の故郷である岩手県花巻市で表彰式が開催され、内部泰成さんとご両親の3人で授賞式に行かれたそうです。

受賞にあたり本人からコメントをいただきました。「思いがけず受賞することになり、とても驚きました！地元島根の炭団を題材にした童話だったので、名誉ある賞に選んでいただけてとてもうれしいです。授賞式は岩手でありましたが、島根とは桁違いの寒さでした。うっすらとですが雪も積もっていて、「さすが東北」と感動しました！」内部さん、受賞おめでとうございます。これからも上津っ子の活躍を応援していきたいですね。



上津ウォーキングスタンプカード

現在2,237枚

スタンプがたまったら、コミセンに持っていきよう！

クリスマスプレゼント配付

ジングルベール、
ジングルベール部
コミセン青少年部長
木次順子
今年も12月22日、上津のクリスマスの日に29人の子ども達に絵本のプレゼントを届けました。

長いコロナ禍で青少年部のアイデアを全て封印し、プレゼントを配る事のみにしていましたが、今年はキラキラに飾った真っ赤な消防の積載車登場！サンタを乗せて音楽をながしながら子ども達の元へGO！！

ジングルベールの音を聞きつけウキウキしながら目を輝かせて待っていてくれた子ども達に感動！音楽♪の力は凄いですねー。来年はどんなクリスマスになるか楽しみです。

今の青少年部はパワー全開のバリバリ集団です。活躍を楽しみにお待ちください。



RELAY リレー(受け継ぐ)・TALK トーク(お話)～No.20～



槇原由利子さん（船津原町内）にお話を伺いました。

私が茶道を始めたきっかけは、娘が二歳の頃、裏千家の家元稽古の先生に出会い、それがご縁で昭和41年より淡交会会員として現在まで続いています。大阪在住中は、由緒ある寺院、大徳寺、建仁寺、高台寺等のお茶席や窯元巡り、美術館等にしがく足を運び、体験し学ばせて頂きました。茶道仲間の良き友達にも恵まれ、楽しくお稽古を続け経験を重ねる内に准教授の資格も頂く事が出来ました。

茶室を是非建てたいという長年の夢を持っており、故郷に戻ってから書斎を作ろうとしていた夫に無理をお願いし、茶室を建てることに理解を頂いた時は、本当に嬉しかったです。夢中で茶室づくりに取り組み、大阪の先生に電話で寸法や構造等をお聞きしたり、材料の一部は京都から送って頂いて完成する事が出来ました。

ギャラリーかみつ



12月2日～24日まで「座敷のこやし展～こらまたなんだら～」が開催され地区内外から大勢の人がコミセン内のギャラリーかみつを訪れました。会期中の訪問者は延べ360名。作者の畑正人さん（上島上ゲ）は可能な限り連日ギャラリーに滞在され、丁寧に作品の説明をされていました。

また、一人でも多くの方にモノづくりを楽しんで欲しいとの思いから、竹・瓢箪・シーグラスが来場者プレゼントとして用意されました。来場者は「チラシを見て本物が見たくなった」「畑さんがこんなに多種多様な作品を作られるとは！本当に驚いた」などと感想を言っていました。

南部ブロック ウォーキング大会



「大好き☆南部ブロック」と題した交流事業、ウォーキング大会が12月7日（土）開催され、南部6コミセン（上津・稗原・朝山・乙立・須佐・窪田）より65名の参加がありました。今年の担当は須佐地区です。6.9kmの行程はコミセンをスタートするとすぐ急坂を上り目田森林公園から多倍神社へ、疲労がピークの頃パン屋のカウベルさんで小休憩しコミセンへ戻るという起伏のあるコースでした。冷たい風が吹いていましたが、皆で歩くと心も身体もポカポカになりました。

令和7年度は上津地区が担当です。皆さん一緒に歩きましょう！

お世話になった大工さんには、私のわがままを聞き入れて下さり、本当にご苦勞を頂いたと感謝しております。

茶室のつくりや使われるお茶わん等の道具、そして関わる人の作法や服装に至るまで、茶道は日本文化の集まりです。長きにわたり伝えられてきたのは、日本人として後世に伝えていくべき多岐にわたる「大切な何かがある」からだと思います。苦勞して建てた茶室も私同様に老いて行きますが、お家元の指針である「一盃（わん）からピースフルネスを」をモットーに、社会が明るく暮らせま



す様にと願っております。



《上津のスタジオ》