

中出西の箱樋(旧字名)に建っている石灯籠は、高さ3.5mもある大形一畑灯籠です。元々献灯であり、眼病にご利益がある一畑山が望まれる傍らにあったもので、おそらく江戸時代末期から明治初年に建てられたものと考えられています。

斐川地域では沖洲、学頭、武部、直江、中出西で、この一畑灯籠が今でも見られます。

その昔、大東、阿宮行のバスに乗り、出西農協売店の前を通り中出西を過ぎると、次の箱樋の停留所に着きました。そこは岩樋のしもで、昔箱樋を伏せて高瀬川の水を

分けていた所でした。そこに一畑の石灯籠と日清戦争の戦死者の石碑が2基、そして三界万霊の碑とが並んでいます。

中出西にある石灯籠は、^{まゐい}牟石が高さ1.5m、周囲2.4mと巨大な珪化木で、出西岩樋の東方の谷奥から出したケヤキ石(古老の話)だそうです。珪化木は俗に化石のことで、布志名層で見つかる木の化石です。1300万年前の地圧を受けて非常に硬くなったものを珪化木と呼ぶのだそうです。出西地区では信仰対象として今日でも大切に守り伝えられています。

出西コミュニティセンター発行の「雲出ずる出西ふるさとガイド」や、『出西ふるさと読本』(出西ふるさと読本編集委員会)でも、珪化木の石灯籠について紹介しています。ぜひご覧ください。

参考文献:『郷土斐川物語』斐川町教育委員会(岡 義重 遺稿、古川治男 編集)、『出西ふるさと読本』(ふるさと読本編集委員会)



寄稿:斐川西中学校3年生 富原沙雪さん

出西地区文化祭の作品を募集します!

(文化祭は10月10日、11日に開催します)

出品いただける方は、9月18日までに出西コミュニティセンターまでご連絡ください。



編集後記

〇「出西に響くハーモニー」をテーマに、「セタコンサート2026」の様子を紹介しました。出西の皆さんに、心と演奏を届けていただきました。
〇今号では、都合により「活動グループ紹介コーナー」を休載いたします。
〇今後とも、誌面を充実させるため「出西トピックス」などへの情報をお寄せください。お待ちしております。

(スタッフ一同)



「セタコンサート2026」を7月4日(土)、出西コミュニティセンターで開催し、100人を超える聴衆が、3人のアンサンブルが奏でる心とサウンドを満喫しました。

出西地区の皆さんにお馴染みの、木村恵理さん(ファゴット、右)に、山根ゆいさん(ピアノ、中央)、柳楽小百合さん(フルート、左)が加わり、「愛」をテーマに多彩な音色と広い音域による豊かな響きの素晴らしい演奏を披露していただきました。

今後も、一級の音楽に触れていただく機会を設けていきたいと思います。

今号の掲載内容

- 出西に響くハーモニー……………1
- 陰山清二さんを偲ぶ……………2
- こんにちは 保健師です!……………3
- 民児協だより 遠くまで飛んで楽しかった……………4
- 出西トピックス……………5
- リレーエッセイ、出西コミセン夏の事業にフォーカス……………6
- 出西☆きらり④「若槻かおり」……………7
- 新・出西の歴史探訪⑨……………8
- 4コママンガ「中学生日記」ほか……………9

最後の出西公民館長、陰山清二さんを偲ぶ

前出西コミュニティセンター長 高橋 孝治

包み込むような優しさ

出西公民館の11代館長として活躍された陰山清二さんが、7月10日、家族の一人一人、そして地域への感謝の言葉を述べ、静かに旅立たれました。88歳でした。

陰山さんとの出会いは、平成23年11月、私が58歳の時。公民館が改組されてできるコミュニティセンターへの勤務を打診されて以来15年間、父のように慕い助言をいただき、親交を重ねてきました。

組織のリーダーには様々なタイプがあります。陰山さんは、相手の思いをじっくり聞いて、包み込むような優しさで、背中を押す方でした。コミセン開設当初の難しい時期に運営委員会の会長として導いていただきました。説明しにくい制度上の仕組みも多々ありますが、陰山会長は敢えて「それで、それはどういことですか」と質問されることもたびたびでした。冷や汗をかき説明する中で、自らが鍛えられ、皆さんとの共通理解が得られていったのだと思います。

公民館活動の成熟期へ

陰山さんは、公民館長として平成17年から8年間勤務。前任の池田敏雄、青木誠両氏から受け継がれた事業がさらに成熟していきました。地域の文化・歴史講座や健康ウォークなど一層活発となり、他地区から注目される館運営となっていました。

前任館長が播かれた人づくりの種は、陰山館長時に大きく開花しました。「女性部やまびこの会」が様々な公民館活動の中核を担い、社会貢献へとウイングを広げました。平成18年には「出西公民館花壇クラブ」が、島根県花と緑のまちづくり賞で最優秀賞(知事賞)を受賞しました。こうした活動を通して、出西地区の懸案である新旧住民の交流、融和が一気に進むことになります。

出西ふれあい広場の実現

陰山さんは折に触れて「出西ふれあい広場」のことを書き記されています。求院の園地整備事業により生まれた町有地を地域挙げての要望活動により、平成22年に多目的広場として実現されました。グラウンドゴルフ、ゲートボール、スポ少野球、休憩室での文化活動等が行われ、今に至ります。

郷土と平和への思い

文化財愛護活動にも貢献されました。県文化財保護指導員、市文化財協力員として埋もれがちな地域資源の発掘に協力され、出西を「斐川の水源のまち」として強くアピールされました。平成29年

10月には、県でただ一人「島根県文化財愛護活動顕彰」を受けられたことは特筆に値します。

陰山さんと言えば、旧海軍大社基地など戦争遺産に精通され、現地で小中学生に身振り手振りで説明されている姿が印象的です。西野小6年生の平和学習にも戦時体験者として毎年参加され、その時代に生きた人の逞しさと平和の尊さを伝えられました。



平和学習に尽力

西野小6年生との平和学習に特に力を入れ、戦争と背中合わせの当時の状況を通じて平和の尊さを訴えられた

7月13日のお別れの式でのご子息、洋さんのあいさつに強く心打たれました。教員退職後に地域のために尽くされたその足跡を丁寧にたどりながら、協力いただいた地域の皆さんに繰り返し感謝の言葉を述べられたのです。皆さんにもこのことをお伝えし、意を尽くせませんが追悼文とさせていただきます。陰山清二さん、本当にありがとうございました。



「しまねナイスパートナー」に選定

平成29年には、妻の雅子さんとともに、夫唱婦随での公民館活動が評価され「しまねナイスパートナー」に選定された。写真左は、当時の溝口善兵衛知事

出西☆きらり

県内外で活躍中の出西にゆかりのある人を紹介していきます。

第4回

NPO法人斐川スポーツ協会
ひかわスポーツ夢クラブ
クラブマネジャー

若槻 かおりさん

平成3(1991)年生まれ・併川在住



出雲市斐川町出身の若槻かおりさんは、平成25年に斐川町にUターンされました。

子どものころから、ダンスや水泳、バスケットボールなど、さまざまな運動を経験され、スポーツをとて身近に感じておられました。

若槻さんは、現在、ひかわスポーツ夢クラブのクラブマネジャーとして、ご活躍中です。

このたび、若槻さんに「コミセンからの質問」に答えていただきました。

子どもの頃の将来の夢は……?

子どもの頃、体操選手や学校の先生になりたいという夢をもっていました。

新・土木委員さんが決まりました!

【令和8年4月1日~令和11年3月31日の3年間】

本年4月は土木委員の改選期です。まずは、本年3月末で退任されました土木委員の皆さまのご功労に心より感謝申し上げます。

そして、このたび次の方々が新たに土木委員としてご就任いただくこととなりました。

道路河川の維持管理、用地取得、除草作業など土木業務への協力にご尽力いただく委員の皆さま、どうかよろしく願いいたします。

ひかわスポーツ夢クラブでの苦勞とやりがいはいは……?

クラブマネジャーとして、幼児の運動、高齢者の健康体操など指導者として幅広く活動しています。ダンスなどの運動指導だけでなく、スポーツイベントの企画も行っています。たくさんの地域の方々にご協力いただいています。年代に合わせてさまざまな形で実施できることが総合型地域スポーツクラブの魅力です。

自分が企画した教室や、子ども向けのイベント「からだあそび」などで、参加された皆さんが笑顔になってくださることが仕事のやりがいにつながっています。

自治会加入者の減少、学校での広報規制、ニーズの多様化もあり、事業の広報には頭を悩ませています。

ひかわスポーツ夢クラブのホームページや、Instagramをぜひのぞいてみてください。

出西への思いを一言……

川、山、歴史など、恵まれた郷土の中で、住宅が多く立ち並ぶことも増えましたね。

多世代が手を取り合い、安心して笑顔で過ごせる出西であって欲しいなと感じています。

地区	氏名	担当地区(敬称略)
上阿宮	笠谷 真文(新)	上阿宮1~4
下阿宮	山田 隆二	下阿宮1~3
上出西	鬼村 一男(新)	上出西1, 2
中出西	青木 昭	中出西1~7
下出西	元井 真一(新)	下出西1~10
氷室	陰山 篤也(新)	氷室1~6
神守	池田 透(新)	神守1~5
求院	飯塚 浩二(新)	求院1~5
併川	青木 一孝(新)	神立1~4、ユ-ツウ 5
千家	中尾 広幸(新)	千家1~4

子ども見守り隊の活動を通して 岡 笑子（下出西8）

退職をして10年が経ちました。時間に縛られ、時間に追われた生活がやっと終わり、あこがれの晴耕雨読の生活を楽しむはずでしたが、人生そうは甘くないものです。孫もだんだん増え、人間ドックに行くたびに色々な病名をプレゼントしてもらうようになり、自分の健康維持、体力維持を考えなくてはならないようになりました。

そんな中、孫の小学校入学に併せて、子ども見守り隊として小学生の登校班と一緒に歩くようになりました。思い切って通っていたジムをやめ、生活時間の見直しをしました。我が家から小学校までは、朝の散歩としてちょうどよい距離の上、人間ドックで指摘されたことの対応策にもなります。一石二鳥とは、まさにこのことと思いました。

しかし、朝の散歩として気持ちのいい期間はほんの短期間なのです。子どもたちは水分補給をしなくて大丈夫かなと心配をする暑い期間、風を防ぐものがない道を、雨にも負けず、風にも負けず歩く厳しい寒さの期間の長いこと！正面から大粒のあられが顔をたたきつける日、大雨、大風で傘が全く役に立たない日もありました。厳しい自然の中、家を出たら学校に行くしかない登校、学校を出たら家に帰るしかない下校。集団で歩くことによって、ルールを知り、体力をつけ、精神力を鍛えて子どもたちは自然と成長していくのだなと思うようになりました。

子ども見守り隊の活動が3年目になり、ランドセルの重さにふらついてた1年生の子どもたちの歩きがしっかりしてきたなとうれしい気付きがあったり、挨拶

を返してくれる子どもたちが増えてきたり、時には「明日から修学旅行です」と報告してくれたり、元気をもらう関係が少しずつ築けてきたと感じるこの頃です。

また、昨年度、非常に寒くともかしこもつるつるに凍結している日がありました。見守り隊活動中に、転んで骨折したら笑い話にもならないわと思って慎重に歩いてたつもりでしたが、見事に転倒してしまいました。後ろを歩いていた高学年の男子児童が、「大丈夫ですか？」と立ち上がるのに手を貸してくれました。夕食の話題にしたら、「その子優しい！今日は子どもたちよりおばあちゃんが一番心配だったわ。」と返されてしまいました。見守り隊が見守られ隊にならないように、無理のない活動をしていこうと思った出来事でした。

私にとっては、自分の健康・体力維持、そしてやりがい対策でもある子ども見守り隊の活動です。あと何年活動できるかなと思いますが、自分のために少しでも長く続けたいと思っています。

最後に、自分のためと出西地区の宝のために、できる時間帯で、子ども見守り隊の活動と一緒にしませんか。



通学路で毎日子どもたちを見守っています

コミセンで開催の夏の事業にフォーカス



夏休みがくしゅう広場（7月22日・23日）

夏休みに入り、コミセンの集客室で、児童たちは夏休みの宿題に自分のペースで取り組みました。



ふしぎで楽しいマジックショー（7月25日）

山陰中央マジッククラブの主催で、マジックショーを開催。ふしぎで楽しいマジックが盛りだくさんでした。



夏の子ども体験教室（7月24日）

災害時に備え炊飯器を使わず湯煎でご飯を炊く方法や、ざらしを使った防災術を学びました。



出雲五色天神体験教室（8月2日）

更生保護女性会出西支部の主催で、斐川でこや連の皆さんを講師に、土人形に一人一色付けをしました。

こんにちは保健師です！

皆さんこんにちは。斐川行政センター市民サービス課、保健師の北尾です。令和7年度に引き続き、出西地区を担当させていただきます。



北尾保健師

今年度、出雲市では「食」に力を入れて健康づくりに取り組んでいます。今回は、「食」のなかでも、朝ごはんの大切さや食事バランスの大切さについてお伝えします。

朝ごはんを食べないと、脳のエネルギー源であるブドウ糖が不足し、頭がぼんやりとして、仕事や勉強がはかどらなくなります。また、空腹感から、昼ごはんが早食いになったり、量を食べすぎたりすることで肥満の原因になります。

まずは、毎日朝ごはんを食べることが大切です。朝は時間がないという方は、前日の残り物を食べる、通勤途中や出勤後に何か食べれるものを購入するなどして、「何か食べなきゃ」という意識を持つようにしましょう。

朝ごはんづくりのポイント

～朝ごはんはホップ・ステップ・ジャンプで～

3日坊主にならずに続けるためには、少しずつステップアップすることが大切です。

主食からはじめよう
まずは食べる習慣をつけましょう。脳のエネルギー源となる糖質を多く含む主食を食べることで、朝から活動的に過ごせるようになります。

主食＋1品（主食or副菜or果物or牛乳・乳製品）
毎日、ごはんやパンを食べる習慣がある場合は、もう1品加えてみましょう。食べやすいものをプラスすることで、栄養バランスがぐんとアップします。

主食＋2品（主食or副菜or果物or牛乳・乳製品）
毎日、さらに1品プラスすると、栄養バランスだけでなく、食事としての満足度もアップします。

簡単な朝ごはんのレシピはこちらに掲載されています。（作成：健康長寿しまね推進会議）



食事と健康について学ぶ～出西地区健康まつり～

出西健康づくりの

会（福島県治会長）は、7月20日（月）出西コミュニティセンターで、島根県立大学看護栄養学科 講師の多々納真さんをお招きし「食事のエネルギー密度と健康について」と題して健康講演会を開催しました。約70人が、食事と健康について学びました。



食事と健康について学びました

この講演会は、出西地区健康まつりのオープニングに毎年開催。今年の出雲市のテーマである「食」について、また地区のテーマの「おやつのカロリーに気をつけて健康に間食を楽しみましょう」にちなんだ内容でお話いただきました。

講師の多々納真さんからは、健康を保つ秘訣は、健康づくりの三原則、食事（食べる）、運動（動く）、睡眠（寝る）のバランスが大事であると説明。また、1日の栄養バランスにこだわらず、1日・1週間の中で揃えて、自分ができることから無理なく揃えることが栄養バランスを整えるコツであるとお話されました。

講演会の後は、ベジチェック、骨密度や血管年齢などを測定する健康チェックコーナー、フードモデルの展示、適量みそ汁の試食、自律神経チェッカー（ストレス度チェック）、体力チェック、ニュースポーツ体験などを行いました。

健康チェック等を通して、地域の皆さんに、健康づくりについて関心を持ってもらうきっかけとなりました。

健康チェック等を通して、地域の皆さんに、健康づくりについて関心を持ってもらうきっかけとなりました。

講演会の後は、ベジチェック、骨密度や血管年齢などを測定する健康チェックコーナー、フードモデルの展示、適量みそ汁の試食、自律神経チェッカー（ストレス度チェック）、体力チェック、ニュースポーツ体験などを行いました。



ストレス度を調べる「自律神経チェッカー」

健康チェック等を通して、地域の皆さんに、健康づくりについて関心を持ってもらうきっかけとなりました。

講演会の後は、ベジチェック、骨密度や血管年齢などを測定する健康チェックコーナー、フードモデルの展示、適量みそ汁の試食、自律神経チェッカー（ストレス度チェック）、体力チェック、ニュースポーツ体験などを行いました。

見協だより

遠くまで飛んで楽しかった♪

「西野小学校新一年生出西地区交流会 紙ひこうき飛ばし大会」



必死で折っています



遠くまで飛ばすぞ～

めっちゃたのしかったよ（1年生）
おもしろかったよ（1年生）
とおくまでとんで、たのしかった（1年生）
（着地）びたりしょうでうれしかった（1年生）
1位2位3位になれなかったけど楽しかった（きょうだい）
負けて悔しかった、次は勝ちたい（きょうだい）
学校で、親子で楽しいことをする良い機会となりました（保護者）
同じ地区の人と交流の場になりました（保護者）
他の1年生と交流する機会が無いので、良い機会でした（保護者）
家族で楽しく参加できました。家でやりたと思います（保護者）
紙ひこうきは、改めて奥が深い遊びだなと思いました（保護者）



付箋に書かれた感想は紹介しきれないですが、私たち11人で企画した「西野小学校新一年生出西地区交流会～紙ひこうき飛ばし大会～」は大成功でした！

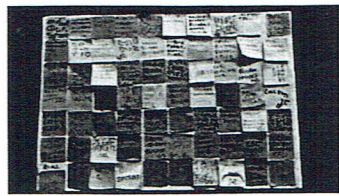
6月14日（日）西野小学校の体育館で、新1年生40名、親子きょうだい合わせて113名で真剣勝負を楽しみました。井上校長先生は開会式から、宮本教頭先生は競技から、お忙しい時間の合間を縫って参加してくださいました。

出西地区民生委員児童委員協議会は、この交流会で少しでも児童や保護者の不安が解消され友だちができ、保護者同士も知り合いになり安心できる機会となるよう、願いを込めました。

今年度は出西地区の新1年生は75名です。今回参加できなかった児童と保護者の皆様にも、見守っている私たちが身近にいて対応ができることを知ってもらいたいと思います。



みんなで記念撮影



みんなのひと言感想

文責：出西地区主任児童委員 間賀部 都

出西トピックス

日本民藝協会会長に「出西窯」
多々納真さんが就任

日本民藝協会（東京都）の新会長に、出西窯の多々納真代表取締役社長（66歳、下出西）が就任されました。多々納さんは長年、協会の理事を務められ、任期満了となった前会長からの就任要請に応じ、同日開催の全国理事会で承認されました。任期は3年で、山陰両県関係者の会長就任は初めての事です。作り手の高齢化や後継者不足が課題となっている中、若い世代への浸透の旗振り役になることに期待がかかっています。

日本民藝協会は、民藝運動の振興発展を目的に1934年に設立されました。初代会長は民藝運動を提唱した柳宗悦（1889～1961年）。

多々納さんは、1982年に西窯に入窯、2004年に代表理事に、株式会社となった2015年から代表取締役社長に就任されました。日本民藝協会では、常任理事、専務理事などを務められました。会長就任に当たり「協会に関わってもらえる人を増やすのが役目だと思っています。若い人に民藝の良さを知ってもらい普及啓発に努めたい」と抱負を述べられました。



多々納真さん

島根電工グループの新施設が出西に完成



建設業界の技術者の育成を目的としたトレーニングセンターを建設、6月末に完成し、7月13日に、みらい共創-自鳴（じめい）-ラボのオープニング・創設記念イベントが執り行われました。

この施設は、建設現場を再現した構造模型が設置され、実践しながらのトレーニングをすることができるよう施設であり、同業他社の技術者をはじめ、学生たちにも解放して、地元業界の技術力の底上げや人材確保につなげたい考えがあるそうです。

敷地面積が2610平方メートルで、鉄骨造り2階建て、延べ床面積1940平方メートルで、施設内には木

建設業界の技術者の育成を目的としたトレーニングセンターを建設、6月末に完成し、7月13日に、みらい共創-自鳴（じめい）-ラボのオープニング・創設記念イベントが執り行われました。

造、鉄筋、鉄骨造りなどの実寸大の構造模型が設置されました。機器を使って電線を切断したり、金属の電線管を曲げたりといった現場でないと経験できなかった作業のトレーニングができるそうです。不安を抱えず自信を持って現場で活躍できる人材が育てて欲しいとの願いが込められています。

出西にコウノトリ6羽 飛来

西求院交流館付近の水田に5月12日、コウノトリが6羽飛来し、水田の中にいる昆虫の幼虫などを食べる様子が見られました。



写真提供：光内豊さん（求院1）