



阿宮地区の人口 ※上出西1を含む

	R6.6月末 (前月末比)	R5 6月末
世帯数	142戸(±0)	141戸
人口	390人(+1)	390人
男性	171人(±0)	172人
女性	219人(+1)	218人

8月のクラブ活動

- ・暁俳句会 8月 3日(土)
- ・グラウンド・ゴルフ 毎週水・土曜日
- ・習字クラブ 8月 2日(金) 16日(金)
- ・フォークダンス 8月 5日(月)
- ・ビーズの会 月1回
- ・カローリング 月2回程度
- ・阿宮神能会 月2回程度

8月のおもな行事

- ・8月 7日(水) ふれあいサロン
- ・8月9日(金) 10日(土) 盆踊り練習
- ・8月13日(火) 阿宮地区盆踊り大会
- ・8月22日(木) コミカフェおんぼらと【会場提供】
- ・8月21日(水) ミニまめっこルーム



もえないゴミの日

★水曜日です★

8/7

埋立ごみ

飲料用空き缶

8/14

ペットボトル

8/21

破碎ごみ

8/28

空きびん

レベル4 避難指示発令 7月9日・10日 阿宮地区災害対策本部長 原 敏明

梅雨前線が停滞し、9日斐川町で午後3時40分までの6時間降水量が161ミリの観測史上最大を記録しました。

阿宮地区ではお昼すぎから激しい雷雨が断続的に降り続き、午後4時45分にレベル4「避難指示」が発令されました。災害対策本部を午後4時20分に立ち上げ、阿宮コミセンに避難所を開設するとともに各自治会長に1次避難所の開設をお願いしました。

出雲市内の至るところで冠水やがけ崩れによる通行止めなど発生しました。当地区では、冠水や道路への土砂流失などがありましたが、住居、人的被害がなかったことは幸いでした。

災害対策本部役員の皆様、消防団の皆様、自治会長の皆様には迅速な対応、地区内巡回などご尽力いただき、ありがとうございました。



立栗山雑木伐採作業お礼

6月27日(木)、阿宮の宝保存事業作業班の有志の皆様で立栗山西側の伐採作業を行っていただきました。

これまで西側の眺望をもう少し見えるようにとご要望をいただいております。おかげさまで城平山から雲南方面の山々、三瓶山、山田橋、山陰道までぐるっと見渡せる素晴らしい眺めとなりました。ありがとうございました。

立栗山は低山ですが城跡だけあって眺望は抜群です。皆さんも登られてご覧いただきたいと思います。



阿宮の宝保存事業事務局 江角幸春

早朝健康ウォーク 29名参加

6月29日(土)開催された早朝健康ウォークは、地区内外から29名の参加をいただきました。

今回のコースはコミセンを出発して立栗山城跡から天寺平廃寺までのミニ登山コースで、皆さんはご自分のペースで休憩したり、おしゃべりをしながら約1時間で天寺平廃寺に到着しました。一緒に登っておられた荒神谷博物館の穴道年弘さんとキャラクター「てんじらビットちゃん」考案者の比嘉さんに早速、天寺平廃寺の説明をしていただきました。皆さんは興味深く質問をしたり散策したり、歴史ロマンを感じていただくことができたと思います。また、立栗山ではモーニングコーヒーを楽しみながら、雄大な山々と斐伊川を眺めて話題が尽きませんでした。

参加者からは「もう一度、秋頃に登ってみたい」「興味深いところ調査が進むといいですね」「景色を眺めながら珈琲は最高です」など感想が寄せられました。



アルミ缶はりサイクルステーション

6月分アルミ缶回収量

20kg (※先月 20kg)

来月も引き続きご協力をお願いします
出雲市環境保全連合会阿宮支部



裏面にも記事がありますので
ご覧ください。

発行日：令和6年(2024)7月19日
発行：阿宮コミュニティセンター 総務部
☎699-0611 出雲市斐川町阿宮 2323-2
☎0853-72-9142/fax0853-72-9152
Mail: agu-cc@local.city.izumo.shimane.jp

ご寄付
お礼

嘉本美明 様(嘉本谷子) 下阿宮2
阿宮地区自治協会と阿宮地区社会福祉協会に香典返しとしてご寄付いただきました。
ありがとうございました。
()内は故人のお名前です。

夏の花を移植しました

6月22日、春から育ててきたマリーゴールド、ジニア、千日紅、日々草、ブルーサルビアをこの日はコミセン花壇へ移植しました。

育ちにくい品種や、種を蒔いてから1ヶ月近くもしないと芽が出ないこともあり、毎年この時期になるまで気が抜けません。でも、きれいに花が咲いたのを観ると今年もやっていて良かったといううれしい気持ちになります。

花の会では会員さんを募集しています。一緒にきれいな花を育ててみませんか。

あぐ花の会会長 江角敏子



しまね安全ドライブコンテスト

シルバー安全運転チャレンジ挑戦中！ 7月11日から12月31日

交通安全の意識向上のため交通安全委員さんや自治会長さんの協力を得て、参加者を募集して取り組みを続けて5年目を迎えました。

今年度は、シルバー安全運転チャレンジ6チーム(18人)、しまね安全ドライブコンテスト2チーム(6人)の参加がありました。ありがとうございます。

阿宮地区みんなで、スピードを出しすぎない、早めのライト点灯など安全運転に心がけましょう。

今日もまた あなたの無事故 待つ家族

抜け道と 思うな そこは通学路

令和6年交通安全スローガン（全日本交通安全協会）より



斐川町一斉県管理河川清掃

6月2日(日)に斐川町一斉の県管理河川清掃(草刈り)が行われました。朝8時からあいにくの小雨の降るなか、沢山のみなさんが大汗を流しながら伸び放題の草刈り作業を進められ、畑谷川、伊保川がたいへんきれいになりました。

参加されたみなさん、暑いなか長時間の作業たいへんお疲れ様でした。



第26回斐川町GG会長杯 優勝

原 正三さん(下阿宮3自治会)

7月7日(日)斐川公園多目的広場で行われました、第26回斐川町グラウンド・ゴルフ会長杯争奪GG大会において運よく優勝することができました。

競技中は風速10m以上の風が吹いており皆さん玉のコントロールに苦しまれるなかでしたが、当日は早朝より阿吾神社の清掃作業があり、どうやら私にとっては神風が吹いたようです。



ふれあいサロン

7月10日 会員11名参加

今月のふれあいサロンは初めてお招きした金築朋子さんによる、音楽健康講座と題して認知症になりにくい方法をご指導いただきました。

口の周りの筋肉を動かすために噛み応えのあるものを食べる。知的活動は新聞を読む、楽器を演奏する、踊りを踊るなど運動をする。これらが認知症に良いとされています。

金築さんには音楽療法士としてキーボードを演奏しながら、音楽にまつわる楽しいお話や曲に合わせてスカーフを花の形などにしたりで、かたつむり、夏は来ぬ、島唄、ここに幸あり、すぐ歌える懐かしい歌を何曲も歌いました。これだけでも頭の中は活性化されたと思います。歌を歌って会員の皆さんといろいろなことを思い起こしながら楽しいひと時を過ごしました。



熱中症は、予防が大切です

熱中症予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が必要です
特に、高齢者の方は注意が必要です。

こまめに水分を取っていますか？



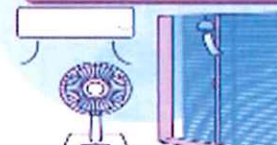
- のどが渇いていなくても、体の水分は不足しています。早めに取りましょう
- 朝起きたとき、寝る前にも水分補給をしましょう

自分の体調に合わせて、服装や保冷剤などを使っていますか？



- 通気性のよい、吸湿・速乾の衣服を考えましょう
- 体を冷やすために、シャワーや保冷剤等を活用しましょう

エアコンや遮光カーテン、すだれなどを上手に使っていますか？
部屋の中でも熱中症は起こります



- 部屋には温度計を置いて、こまめに室内の温度を測りましょう
- エアコン使用中もこまめに換気しましょう

「自分は、暑さに強いから大丈夫」と思っていないですか？



- 農作業など外仕事の際は、特に注意しましょう
- 外出する時は通気性のよい、吸湿・速乾の服装、帽子・日傘、などを上手に使いましょう
- 天気の良い屋下りの外出は避けましょう

暁俳句会

夕合飲や微かに聞こゆ子守唄
瑠璃蜥蜴の尻尾は猫に喰われけり
今咲きし梔子の花白匂ふ
山田景勉
藤原景子
池田いさ子

阿宮川柳会

お船入り無事に天国送ってね
午後いちの会議はなぜか夢の中
堀川に心暖まる炬燵船
星野弘
保科紫苑
福田快柳