

※下記の予定は4月30日時点の情報であり、追加・変更の場合はご了承ください。



日	月	火	水	木	金	土
12 ・かみつ里山食堂	13	14古紙回収 ・自治協会理事会 	15	16 ・ミニデイサービス	17	18 ・消防上津分団
19	20 ・みちくさ教室	21古紙回収 ・社会部あいさつ運動 ・つばきの会	22 ・慶人会	23文書配達 ・四つ葉会 ・同推協總會 ・大正琴	24 ・あみものサークル ・自治協会	25
26	27	28古紙回収	29 ・JA女性部總會	30	31	6/1 ・上津小体育祭
2 ・排水機場安全祈願祭	3 ・みちくさ教室遠足	4古紙回収 ・つばきの会	5	6 ・ミニデイサービス ・建築組合	7 ・社福評議員会	8 ・かみつ里山食堂準備
9 ・スポ協グラウンドゴルフ大会(KCFサッカー場) ・かみつ里山食堂	10	11古紙回収	12	13文書配達 ・四つ葉会	14	15 ・空き家対策講演会「住まいの終活セミナー」
		・つくしんぼ教室	・ハッピーハウス運営会議			



～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 2024年5月

第302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3月末現在)  
世帯数 394戸  
人口 1,070人  
男性 552人  
女性 518人

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。

## 令和6年度 上津地区自治協会 役員

役職	町内	氏名	役職	町内	氏名
会長・奥井谷前町内会長	奥井谷前	佐々木 弘信	社福評議員・代議員・西谷町内会長	西谷	稲村 伴信
副会長・理事(ブロック長)・丸ヶ谷町内会長	丸ヶ谷	勝部由紀夫	代議員・延畑町内会長	延畑	畑 剛
副会長・理事(運営委員会)	丸ヶ谷	太田千恵	監事・代議員・森坂町内会長	森坂	金山 亮
理事	森坂	勝部 明美	代議員・奥井谷上町内会長	奥井谷上	池田富士男
理事	大谷	國谷 良孝	代議員・中央町内会長	中央	金山 勝
理事	森坂	勝部 正	社福評議員・代議員・三田谷町内会長	三田谷	金山 教夫
理事	上島上ゲ	永瀬 学	代議員・大谷町内会長	大谷	嘉本 悟
理事・土木委員長	三田谷	金山 正和	代議員・菅原町内会長	菅原	勝部 陽
理事(ブロック長)・和久輪町内会長	和久輪	岩田 隆	監事・代議員・船津上ゲ町内会長	船津上ゲ	内部 博志
理事(ブロック長)・上島上ゲ町内会長	上島上ゲ	畑 範夫	事務局長(センター長)	菅原	山根 均
理事(ブロック長)・原町内会長	原	妹尾 豊	事務局員(チーフマネージャー)	丸ヶ谷	嘉本 調

## 健康づくり推進員より

★上津地区健康づくり推進員交代のお知らせ

前任者：妹尾 綾子さん(船津上ゲ) → 後任者：佐々木 由紀子さん(奥井谷前)

前任の妹尾綾子さんは平成26年(2014)4月より長い間、上津地区の健康づくりの推進に努められました。大変お世話になり、ありがとうございました。なお、藤原めぐみさん(船津上ゲ)には引き続きお世話になります。

## かみつ里山食堂だより



長い間、「食育コラム」を読んでいただき有り難うございました。

4月から「かみつ子ども食堂」「かみつ里山食堂」を開催しています。これに伴って従来の「食育コラム」を今後は「かみつ里山食堂便り」としてお届けしたいと思います。

### 4月4日 かみつ子ども食堂メニュー

- ◎ちらし寿司・昆布佃煮
- ◎ミートボールのケチャップ炒め
- ◎あすっこツナマヨ和え
- ◎春野菜の炒め物
- ◎かき玉汁
- ◎フルーツ寒天・青リンゴゼリー



～子ども達の感想～

- \*かき玉汁が美味しかったので家でも作った
- \*昆布の佃煮が美味しい
- \*フルーツ寒天が美味しかった

### 4月14日 かみつ里山食堂メニュー

- ◎さくらご飯、昆布佃煮
- ◎魚のフライ・タルタルソースかけ、コゴミ天ぷら、付け合わせ野菜

- ◎コゴミのごま和え
- ◎春野菜のナムル
- ◎卵焼き
- ◎若竹汁
- ◎紅白団子、小豆あん添え

～スタッフより～

- \*高級食材「コゴミ」をふんだんに使用、贅沢すぎる！出始めのタケノコも。
- \*野菜は殆ど上津産。卵もです。
- \*お目出度さをご飯とデザートに込めました。



### 5月12日 かみつ里山食堂メニュー

ご飯 味噌汁 鶏肉のピカタ マカロニサラダ 筍の炊き合わせ 季節の野菜 ミルク餅  
(食材によっては、変更、追加メニューもありますのでご承知おき下さい)  
☆小さいお子さんも安心。座卓のテーブルも用意しています。

### 今月のレシピ ◎かんそうすじの佃煮

～嘉本和子さんレシピ～  
かんそうすじ80g、水200ml、白砂糖100g、しめじ2パック、だし醤油180ml、さしみ醤油80ml、だしの素 小さじ1



### 作り方

- ①全部を一度に入れ、中火で汁が無くなるまで煮る。  
《食育指導士 遠藤 訓子》

## ご寄付の御礼

- 香典返しとして( )内は故人
- 【上津地区自治協会へ】  
西谷町内 稲村 伴信(スミエ)様  
延畑町内 畑 孝道(仁史)様  
和久輪町内 渡部 賢司(享子)様
- 【上津地区社会福祉協議会へ】  
西谷町内 稲村 伴信(スミエ)様  
延畑町内 畑 孝道(仁史)様  
和久輪町内 渡部 賢司(享子)様
- 一般寄付として  
【上津地区社会福祉協議会へ】  
小規模多機能ホーム ハッピーハウス  
株式会社コスモス様  
御芳志ありがとうございました

## わたしの水墨画



池の鯉も気持ち良さそう  
榎原 富子

## 発見！ひっそりと育つタゴガエル



透明なツブツブの中でおタマジャクシが成長し始めている(3月)



約1ヶ月後、メダカが寝転んだようなおタマジャクシ(4月)

タゴガエル、ご存知でしょうか。生まれて初めて上津の山でタゴガエルの卵を発見しました。毎年3月20日頃に「ググッ」という低い声の鳴き声が聞こえる場所があることに何年も前に気づきました。その声の主が「タゴガエル」であることも認識していました。そのカエルのオタマジャクシには田んぼのような水たまりもエサも不要で、山の水が染み出るような斜面の岩下の隙間などに産卵しそのままオタマジャクシになり、その場所でカエルに変身する変わった生態です。今年ついにいつもの場所でタゴガエルの卵、1ヶ月後にはオタマジャクシを見つけてしまいました。今年3月には雨が多く奥の方から流出気味になったようで心配です。何とか生き延びてもらいたい、杉の葉っぱなどを使って流出したり乾かないようにしました。珍しい生き物発見で、心も身体もスッキリです。

## こんにちは！上津幼稚園です



たけのこ堀り



園庭の桜の下で花見弁当

今年度は、年長き組3名でのスタート。昨年度より園児数が少なくなりましたが、元気いっぱい遊びます！

今年度も、地域の皆さまと関わりをもち、上津の自然を活かした活動をしていきたいと思ひます。皆さん、気軽に声をかけてください！

## RELAY 丸-便り-TALK トーク(お話) ~12~



畑 温(あつし)さん(延畑町内)にお話を伺いました。

私の仕事はデザイン業です。27年目になります。パソコン、インターネット環境、デザインをするためのアプリケーション、フォント(文字書体)、デザインや印刷に関する知識があればどこでもできる職業です。

最初は東京の編集プロダクションに就職しました。2年ほど前に実家に戻り、個人事業主になりました。作業は、依頼主から渡された原稿や写真、デザインに関する要望などをもとに行います。私が担当するのは主に「デザインと修正」です。写真はA4サイズのチラシを制作中のものです。

子どもの頃は、本を読むこと、絵を描くこと、工作することが好きでした。それが本に関わる仕事、美術に関わる仕事をしたいと考えるようになるきっかけだったのでしよう。本を読むことは今でも好きで、古本の通販サイトで面白そうなものを購入して読んでいます。

私が住んでいる延畑には、小さくてかわいらしい河内神社があります。祭神はコノハナサクヤヒメ様です。皆様にも一度は訪れていただきたい神社です。おだやかで、のどかに広がる上津の風景が、いつまでも続くことを願っています。

本、チラシ、ポスター、名刺、商品ラベルなどのデザインをお受けしています。

お気軽にご相談ください。

[Mail] hata6621dw@gmail.com

[HP] <https://lot-design-1.jimdosite.com/>



《上津のスタジオ》



## 一中だより スクールカラー「空色(水色)」に制定

### 新たな時代に向け 一中、前進！



令和5年度、私たち出雲市立第一中学校では、学校を象徴するスクールカラーを「空色(水色)」に制定しました。

このスクールカラーには、これまで育まれてきた一中ならではの伝統や誇りを引継ぎながら、多様性のある新たな時代に向け前進していきたいという思いが込められています。

今後、学校生活のさまざまな場面で、このカラーを取り入れ、活用していきます。

### 学校を象徴する色を

昭和22年に創立された出雲市立第一中学校には、現在までスクールカラーが定められていませんでした。多様性を受け入れ、人権を尊重する同校では、令和7年度から、新しい制服のデザインを導入します。また、令和5年度には長年、一中生を育ててきた南館が解体され、新校舎が建設されました。

一中の歴史が大きく動くこのタイミングで、学校を象徴するスクールカラーを制定することで、生徒の団結を高め、地域から一層愛される学校になりたいと考えました。

制定に向け、生徒有志6名と地域学校協働活動推進員からなるスクールカラー制定委員会を立ち上げました。制定委員会では、校長先生からの諮問をうけ、制定までの流れや配慮事項について、また候補の色について検討

を進めました。

候補を選定するにあたり、制定委員会で候補色を5色に絞り、生徒の皆さんや先生方、保護者や地域の皆さんにアンケートを行いました。

### 白+青=空色(水色)

セーラー服のリボンとラインの「白」、体操服の「青」といった、一中の歴史の中で定着したイメージを大切にしたいという意見、校歌の歌詞にある、「斐伊の流れの水澄みて」「宇迦の山辺の雲晴れて」から共通して連想される、青系の色を取り入れたいとの意見もありました。「白」と「青」が混ざって生まれる色とすることで、伝統を尊重する姿勢を表しながら、これからも一中の歴史を積み重ね、新たな一中のイメージを創っていくという意思を示すことができると考えました。また、色が混ざること、全校生徒の交流とも重ねたいという制定委員会の思いも反映しました。『空色(水色)』には、明るい中学校生活や、輝く未来を想像させる効果があるとも考えます。

制定委員会からは制服検討委員会に、スクールカラーを生かした、新しい制服のネクタイ・リボンの検討を依頼しています。今後、校友会活動や、各部活動であつらえるユニフォームなどに活用していただけるよう、働きかけていきます。学校のホームページで紹介するなど、地域の皆さんにも知っていただく工夫もします。将来、一中と言えば「空色(水色)」のイメージだね、と語っていただけるよう、全校生徒で大事にしていきたいです。

【出雲一中スクールカラー制定委員会】

## 健康コラム



令和6年度から上津地区の担当となりました、春日と申します。

保健師歴1年目の若輩者ですが、前職の看護師としての経験を活かしながら自分にできることを精一杯させて頂けたらと思っております。

私は出身が九州なのですが、出雲での暮らしは今年で12年になります。出雲で暮らし始めて、海も山もあって自然が豊かなところや温かい雰囲気が好きになりました。上津地区での活動を通してたくさんの住民の皆様と関わらせて頂ければと思っておりますので、ぜひお気軽に声をかけてください。

出雲市健康増進課 保健師 春日 萌