

地域振興だより

# 下中島

新村 晁 峰 書



発行 下中島地域振興会(下中島公民館)

発行責任者 高島 勝

編集 地域振興だより実行委員会

各地区の情報は 公民館まで  
TEL 0765-22-4488

メールアドレス-shimo-k@nice-tv.jp

ホームページアドレス  
http://www.nice-tv.jp/~shimo-k/index.html

## みんな元気で じゃんといこい!!

### 目次

コラム「言の葉」	1P
納涼盆踊りのお知らせ	1P
下中島地区敬老会	2・3P
ふれあいハイキング	4P
抹茶教室	5P
さわやか教室	5P
これまセミナー	6P
ふれあい学級	6P
ミッケピオトープ	7P
公民館プロジェクト結成40周年	7P
熱中症注意喚起	7P
一日民生委員	8P
各種募金協力金のお礼	8P
今後の主な事業予定	8P
資源回収のお知らせ	8P
編集後記	8P



6月18日(日) 敬老会 (本文は2・3P)

みんな集まれ～  
**納涼盆踊り**

**8/19** 午後5時30分～  
住吉俱樂部駐車場

夏といえば、縁日屋台！  
盆踊り！  
食べて遊んで踊って、  
夜空の下でワイワイ  
盛り上がりましょう。  
勿論、大抽選会もあり  
ますよ。お楽しみに。  
詳しくは全戸配布のチラシをご覧くださいね。  
ご家族で、お友達同士で、み～んなで遊びにきてね♪

### 言の葉

▼週2回、シルバー人材センターから派遣され、公民館の研修室やトイレ等の共用部分を清掃して下さる方がおられます。前日の使用・不使用に関わらず、隅々まで丁寧に清掃して下さいませ。▼おかげ様で、公民館を利用される方々は勿論、私達も気持ちよく会議や活動を行うことが出来ています。▼休憩時間は事務室に来て頂き、互いに持ち寄ったお菓子をつまみながらのティータイムです。職員もしばし手を休めて他愛のないよまやま話に花が咲きます。▼就職したての若い頃、職場の先輩に言われた言葉を思い出します。「自分一人で仕事をしていると勘違いしたらだめだよ。掃除をしてくれる人や、給食を作ってくれる人など、私達が仕事をしやすいようにと見えないところで支えて下さる方がいらっしやる。そういう方々に感謝し、大事にしてあげなさい。」▼当たり前のようですが、ともすれば忘れがちになる自分があります。(反省)▼ありがとうございます。これからもよろしくお願ひします。

見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)



おもてなし隊は得意の縄跳びです



ひとりひとりの自己紹介に注目!!



さすがベテラン、揃ってますね



輪になって盆踊り、  
村橋市長も参加されました

見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)

# みんな、達者やったけ〜!

6月18日(日)  
下中島地区敬老会



美しいハーモニカの音色



越中魚津のせり込み踊りじゃ…♪

「コロナ禍で中止していた敬老会が、4年ぶりに星の杜小学校体育館にて行われました。当日は日差しも強く、体育館内では暑さ対策として大型の扇風機も回っていました。手うちわでお顔をあおいでいらっしゃる方々もおられました。久しぶりの敬老会ということもあり、皆さんお話しに花が咲いていました。お茶や乾杯のあとは、お待ちかねの演芸です。魚津にしろいごも園や星の杜小学校の「おもてなし隊」による踊りや歌、縄跳びの演技などを楽しんで見られました。また、マジックショーやハーモニカによる合唱、そして皆さんの参加で盆踊りの輪踊りが行われるなど、楽しいひと時となりました。敬老者の皆様には、来年もまたお元気な姿でお会いしましょう。」

おお〜! 歓声があがります



おもてなし隊代表です  
「いつまでもお元気で」

## 区 敬老会



見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)



かんぱーい! 敬老会にごやかにスタート



さあ、よさこい舞ふぶきの始まりです



カワイイ ワニさんたち とっても上手!!

# 初めてのお抹茶体験

5月27日(土) 抹茶教室「開講式」



開講式、一年間 いっしょに楽しみましょう



そうそう…お茶わんはこう持って



お菓子は、野上がりもちとアユのゼリー

昨年から引き続きの6名に新しく2名が加わり、計8名の学級生で令和5年度の抹茶教室が開講しました。まず、松本宗新先生と吉崎宗朋先生から、帛紗のたみ方、腰につける作法を手ほどきして頂きました。正座で足が痺れてきた頃、お運び班とお客様班の2班に分かれて、交代でお菓子とお抹茶を頂きました。新しく入った学級生は、「少しにがい」と言いながら、初めての味に戸惑いながらも嬉しそうでした。お抹茶を通して、初めてをいっぱい楽しんで欲しいと思います。一年間よろしくお願ひします。



よそ見してる間に…イカのおバケが



# 進化している水族館!

5月22日(月) さわやか教室(高齢者学級) 「水族館見学と皆でランチ」

今年度最初のさわやか教室は、魚津水族館の見学です。まずは、開講式。ペンギン水槽前でみんなで記念撮影です。館内では2班に分かれ、それぞれの班ごとに専門の職員の方が付いて下さり、魚や水生植物の不思議な生態について、丁寧な説明を受けました。普段はあまり入ることのない、大水槽を真上から眺めることのできるバックヤードも見学させてもらいました。見学の後は、無料休憩所で美味しいお弁当ランチとコーヒープレイクです。楽しいお話をしながらお腹も心も満たされました。



開講式も水族館で、今年もよろしく!

# ユーモアたっぷり稗苗節!

7月3日(月) さわやか教室(高齢者学級) 「議員生活を終えて想うこと」 講師 稗苗清吉氏



切れ味鋭い「稗苗節」健在です!

今年で議員生活を終えられた「稗苗清吉」氏にお話を伺う機会を得ました。氏は、36歳で魚津市議会議員となられ、55歳まで19年間魚津市議として尽力されました。55歳からは、魚津市民の願い、富山県民の願いを県政に届ける決意をされ、富山県議会議員として24年間活躍され、この春、引退を表明されました。大変お疲れ様でした。ユーモアたっぷりにお話しされるお人柄と、大切なことには力のこもった言葉で熱く語られる姿は、今も健在です。議員生活を終えられましたが、これからも私たちの相談役としてお力添えを頂きたいと思ひます。

見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)

# バスハイキング復活!

6月11日(日) ふれあいハイキング 氷見巡り

美しいガーデンに満たされて、みんないい笑顔



バスツアー「ふれあいハイキング」は4年ぶりの復活です。氷見番屋街、藤子不二雄記念館、氷見あいやまガーデンと贅沢なプランに総勢35名の参加がありました。天候を気にしていましたが、心配をよそに…とはならず、当日は朝から雨模様。でも、氷見に着く頃には雨も上がって来ました。一番晴れてほしかった「氷見あいやまガーデン」では、到着と同時にすっきり雨が止むという奇跡。準備していた傘の出番もなく、雨上がりのバラの美しさに魅了されました。

何より、皆さんの笑顔と楽しんでおられる雰囲気。嬉しく、コロナ渦から解放され、取り戻しつつある日常を感じました。さて、次はどこへ出かけましょうか。



番屋街はグルメいっぱい、カレーも美味しいよ



雨上がりのバラ、とってもキレイ



寄らば斬る! 忍者ハットリ君はわしじゃ

どう、バラよりも美しいでしょ?

カラーン♪ わあ、いい音



見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)



### 発見いっぱい！田植え体験

5月20日(土) ミッケピオトープ「田植え体験」

水中に暮らす昆虫の観察などの自然体験が出来る「ミッケピオトープ」にて、今年で3回目となる「富富富」の田植え体験を行いました。  
親子で参加した「うおすいサポーター」は約40名。昔懐かしい木製の「轆がし」を使い、植え付け場所に目印を付けてはいるものの、「へこへこ」状態です。でも、素足のまま田んぼに入っただろうことになる「ひんやり体験」は気持ち良さそうです。  
また、肥料や農薬を全く使わない田んぼでは、水中昆虫をたくさん発見！子ども達にはとっても貴重な田植え体験でした。  
さっそく「10月の収穫祭が楽しみ」との声も聞かれます。秋の収穫に向けてしっかりと見守っていききたいですね。

そろそろと…まっすぐにまっすぐに



ハダシのひんやり感がうれしいです

### 祝！公プロ結成40周年

6月3日(土) 公民館プロジェクトチーム結成40周年記念祝賀会 スカイホテル魚津

「公民館を支えていこう」という思いで発足した「公民館プロジェクトチーム」は、令和2年4月に結成40周年を迎えました。  
コロナ禍のため、延期となっていた記念祝賀会を、この度、開催することができました。  
公プロに関わって下さいました多くの関係者や現役のメンバーが一同に会し、地域と共に歩んできた歴史を振り返りながら、「これから縁の下の力持ちとなって地域活動を支援していこう」と、誓いを新たにしました。



お世話になっている方々、往年のメンバー、そして現役の皆さんと

### 下中島公民館プロジェクト結成40周年記念



さすが、余裕の笑顔です



皆さんと、一緒に活動したこと懐かしいです



野村先生からステキなプレゼント

### 熱中症は予防できます

富山県内では、毎年約500人前後の方が「熱中症」で救急搬送されているそうです。熱中症予防のための6つのポイント

- ①暑さを避けましょう
- ②こまめに水分補給しましょう
- ③急に暑くなる日に注意しましょう
- ④暑さに備えた体作りをしましょう
- ⑤日頃から健康管理をしましょう
- ⑥集団活動の場ではお互いに注意しましょう



見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)



オレンジジュースを加えてゼリーにしましょう



お洒落なオレンジピール完成です

### お洒落なスイーツ作りに挑戦

5月20日(土) こられまセミナー「オレンジピール作り」



皆さん手際がいい、さすがです

とってお洒落なスイーツ「オレンジピール」を作りました。  
ピール作りは時間がかかります。3回茹でこぼして1晩、砂糖を入れてじっくり煮た後に1晩、3日目仕上げの作業をしてようやく完成！冷凍保存できるので食べきるの時間もかけて愉しめます。ピールにしない実の部分は、オレンジジュースを加えてゼリーにしました。  
主婦歴の長い皆さんも、ピール作りは初めての挑戦です。「あれ?」「えっ!こいがかいがかい?」とあちこちから聞こえ、にぎやかなうちに作り終えることができました。

### 発想が面白いクッキング

6月3日(土) こられまセミナー「ヨーグルト作り」

発酵クッキングは「カスピ海ヨーグルト作り」です。  
容器を煮沸消毒することがとても大事なこと、まずはそのやり方を教えて頂きました。  
次に、ヨーグルトを使って3種類のお料理を作りました。  
特に発想が面白かったのは、味噌とのマッチングです。ヨーグルトと味噌を同量混ぜ合わせたところに野菜を切って1晩漬けてみます。するとどうでしょう、あーら不思議、ぬか漬けの出来上がり！大変おいしくございました。



あーら不思議、ヨーグルト製ぬか漬け出来上がり

包丁さばきはお手のもの



見てください。このトロトロ感。いいですね~

### 大好評!ブルーベリー狩り

7月15日(土) ふれあい学級「ブルーベリー狩り」



ふう~お腹いっぱい たくさん食べたね



あっち行ってアイスも食べよ~と

今年も行ってきました。夏の恒例となった「むかいさんちのブルーベリー農園」でのブルーベリー狩り体験です。  
回数を重ねること今年で4回目。総勢なんと70名もの参加。好評の行事となりました。  
足元を気にせず、快適に摘み取りができるようにと、地面には防草シートが敷かれています。  
子ども達はブルーベリーの木の間を、縦横無尽に食べ歩きます。色んな種類のブルーベリーの食べ比べを愉しんでいました。もぎたての新鮮なブルーベリー。甘くてとても美味しかったです。  
ブルーベリーはアントシアニンが豊富で、目の疲れや視力低下の予防にも効果があるとのこと。  
ブルーベリーをおなか一杯食べたはずなのに、帰りには美味しいブルーベリーアイスもアイス別腹ですもんね。

見たい 来たい 住みたい 下中島!

(下中島地区のキャッチコピーです。)



一日民生委員です。行ってきま〜す

## 地域の身近な相談相手として

7月8日(土)

魚津市民生委員児童委員協議会「一日民生委員」

令和5年度の魚津市「第25回一日民生委員」事業は、下中島地区を会場として行われました。

下中島地区における民生委員の取り組みや、社会福祉協議会の取り組みについての報告の後、一日民生委員として、魚津市長 村椿晃 氏・魚津市議会議長 久保田満宏 氏・魚津市社会福祉協議会長 福留正二 氏の3名が委嘱され、タスキが掛けられました。

委嘱の後、当地区内の米寿を迎えられる方のお宅や、一人暮らしのお宅などを訪問され、励ましのお言葉を掛けられました。



私たちの活動を紹介します

## 募金・協力金 ありがとうございました

下中島地区の皆様のご理解を頂き、各種団体等に対する募金や協力金を年度当初に集めさせて頂いております。

これらの募金・協力金等は各々の団体等において、地域の皆様のご意見やご要望等を取り入れながら、地域の更なる発展や安全安心な社会を実現するために有意義に使わせて頂きます。

この紙面をお借りして、地域の皆様に御礼を申し上げます。ご協力ありがとうございました。

各団体名(募金・協力金項目)	金額(円) / 世帯
下中島地域振興会費	2,040円
青少年健全育成活動助成金	500円
下中島地区社会福祉協議会費	110円
下中島地区環境保健衛生協議会費	190円
下中島地区防犯組合費	380円
交通センター下中島支部協力金	80円
下中島地域自主防災会費	100円
魚津市消防団下中島分団費	100円
花と緑の銀行会費	70円
緑の羽根募金	50円
日本赤十字社魚津地区会費	450円
魚津市社会福祉協議会費	300円
魚津市交通センター協力金	200円
赤い羽根共同募金	400円
魚津市更生保護事業協会賛助金	30円
合 計	5,000円

## 主要事業予定 (8月以降)

- 魚津まつり蝶六街流し参加  
8月4日(金) 場所 魚津駅前大通り
- 納涼盆踊り  
8月19日(土) 場所 住吉倶楽部駐車場
- ふれあい運動会 (雨天時は体育館)  
10月1日(日) 場所 星の杜小学校グラウンド
- 第28回下中島祭  
11月12日(日) 場所 星の杜小学校体育館
- みんなでウォーキング  
開催日・コース 未定
- まちづくり懇談会  
開催日 未定 場所 下中島公民館
- 早月川おもてなし事業  
10月末まで 場所 早月川パークゴルフ場駐車場

## 「編集後記」

メジャーリーグの「大谷翔平選手」すごいですね。投げて打つので二刀流ですよ。野球の歴史を塗り替えている活躍「ショートタイム」に、目が離せません。

それにしても、暑い毎日が続きますね。体力には自信があるという方も油断はできません。特に、疲れがたまっている時や睡眠不足の時などは、熱中症にかかりやすくなるそうです。

こまめな水分・塩分補給を行い、夜間も積極的にエアコン等を使用するなど、熱中症にならない対策をしましょう。

そのうえで、大谷選手を熱く熱く応援して、暑い暑いこの夏を乗り切りましょう! (Y・I)

## リサイクル資源回収は 8月26日(土)

環境保健衛生協議会から、リサイクル資源回収のお知らせです。

地区ごとの回収時間などは、各々の地区で配布されるチラシや回覧板等でご確認下さい。

美しい住環境保全の取り組みにご協力をお願いします。