

瑞穂

みずほ

第 151 号

発行 令和 6 年 10 月 24 日

編集 佐倉河地区振興会

水沢佐倉河字西沖ノ目 4-1

(電話・FAX 23-3361)

【ホームページ】

<http://userrrs.catv-mic.ne.jp/~200-01/>

第 42 回佐倉河まつりは 11 月 3 日（日・文化の日）に開催



昨年の第三部演芸発表の様子

地区民のお祭り「佐倉河まつり」を 11 月 3 日（日・文化の日）に開催します。
芸術・スポーツ・演芸など見るだけでなく参加して、皆さんでお祭りを盛り上げましょう。
ご来場をお待ちしています。

【発表部門】

第一部 子ども芸能
第二部 児童クラブ一輪車演技
第三部 芸能発表

【展示部門】
各種団体や地区の皆さん、佐倉河小学校、佐倉河放課後児童クラブなどの作品が展示されます。
また、昨年度で閉園した佐倉河幼稚園のアルバム等の展示コーナーもあります。

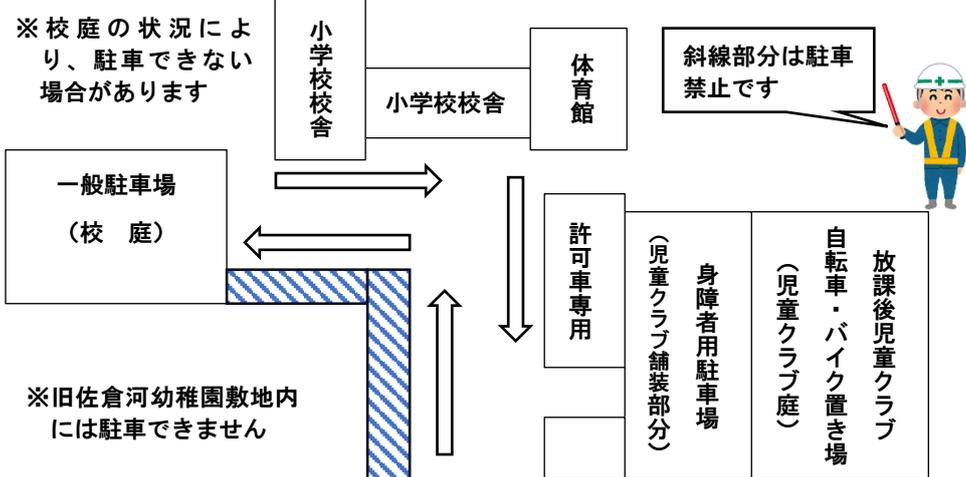
【協賛事業】

◇ 10 月 26 日（土）
グラウンドゴルフ大会
胆江広域交流センター

◇ 10 月 29 日（火）
ゲートボール大会
佐倉河コート

◇ 11 月 3 日（日）
地区一周駅伝競走大会
佐倉河地区内
軽トラック市
地区センター駐車場

※社会福祉法人憲幸会様から「佐倉河まつりにお役立てください」とご寄付をいただきましたので、11 月 3 日の「おしるこ販売」は**無料提供**に変更いたします。
提供時間等は、先に配布のチラシでご確認ください。



佐倉河まつり駐車場

佐倉河まつり当日の駐車場は左記の通りとなります。係員の指示に従って駐車をお願いします。なお、この他にも松川青果さんの駐車場もお借りしておりますのでご利用ください。

第2回佐倉河地区子ども会ボッチャ交流大会

9月29日佐倉河地区センターで、佐倉河小学校の1年生から6年生23名が参加して、第2回佐倉河地区子ども会ボッチャ交流大会が行われました。

今回は7チームの総当たり戦で昨年より試合数を増やして行ったことで、たちまちボールの感覚をつかんだ子どもたち。中には、白いジャックボールに投げたボールがまるで磁石のように吸い付き、ぴたりと止まる子もいました。

子どもたちからは「簡単そ



ボールの行方はいかに...?

うで難しかった」「やっているうちにどんどん楽しくなってきた」「たくさんゲームができて良かった」などの感想を聞くことができました。

ルールや審判のご指導をいただいた総合型佐倉河スポーツクラブの方々、コート作成や記録などにご協力いただいた役員・世話人の皆さん、朝早くからお疲れさまでした。

【大会の結果】

- 優勝 松堂KSS
- 準優勝 宮田ボッチャ王
- 第3位 宮田ラビットと佐野



優勝した松堂KSSチーム

総合型佐倉河スポーツクラブ

コンディショニング教室初開催!

9月13日佐倉河地区センターで、総合型佐倉河スポーツクラブ主催の「コンディショニング教室」が4回コースで始まりました。講師は、NCAコンディショニング協会認定トレーナーの菊地奏子さん。

開口一番、講師より「コンディショニングは筋肉を整えて身体をいい状態にすること。歪みや痛み、身体の不調には必ず原因があるので、自分の姿勢や筋肉の使い



参加者同士で「さする」の実践



股関節の歪みを自分でチェック

方の癖を根本的に改善しましょう！」と話があり、1回ごとに首や肩回り、腰回りなどポイントを絞って、さする・押し動かす・脱力・ちいさな揺らぎ等の動作を行いました。

帰り際に参加者から、「体が楽になった」「体が軽くなった」などと効果を実感する声が多く聞かれました。

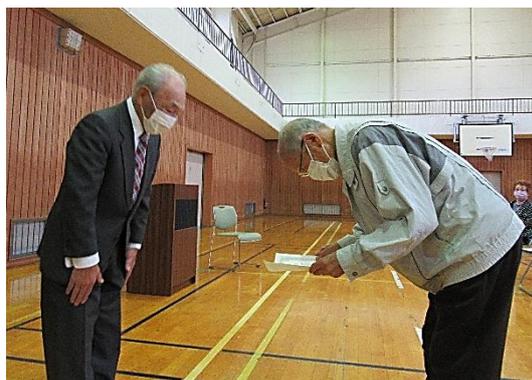


10月18日佐倉河地区センターで瑞穂大学第4回講座並びに閉講式が32名出席のもと行われました。今回の講座は、佐倉河駐在所千田雅治巡查長を講師にお招きして「詐欺と防犯対策」について学びました。

初めに詐欺の説明では、昨今「投資」「結婚」「国際電話」による特殊詐欺が急増しており、儲け話等には充分注意が必要とのことでした。また、



真剣に聴講する受講生の皆さん



修了証を代表受領する及川新太郎さん（仙人）

防犯対策としては、センサーライトや防犯カメラの設置などの対策をしてほしいと話されました。最後に千田巡查長から「緊急の時は迷わず110番をしてください」と話があり講座を終りました。

講座終了後に行われた閉講式では高橋福治学長より、代表者に修了証、精励賞が授与され、第39期瑞穂大学を終りました。

みんなでよさって介護予防

【柝の木よさってクラブ】

令和5年6月から自治会が主体となり、ネットワーク事業の一環として百歳体操を始めました。

平均参加人数は10数人。取材に伺った10月7日は12名の方が、かけ声をかけながら百歳体操、その後の開眼片足立ち、かかと落とし運動までじっくり取り組んでいました。

「一人でやるよりいい」「休むと体力が落ちる」と話す参加者の方々から、みんなで取り組む良さが伝わってきました。



柝の木よさってクラブの皆さん

「奥州市廃棄物不法投棄監視員の役割について」（奥州市市民環境部生活環境課）

市では、廃棄物の不法投棄を防止し、生活環境の保全と公衆衛生の向上を図るため、各地区から推薦された方を奥州市廃棄物不法投棄監視員（以下「監視員」という。）として委嘱し、活動していただいております。

監視員の役割は各地区内を巡回し、不法投棄を発見、市への報告をすることとしており、このあと報告があった場所を市が確認し、対応の方法を検討します。このため、監視員には処理をする義務はありません。

不法投棄をする人が悪いのはもちろんのことですが、不法投棄をされない環境づくりをすることも大事なことです。監視員が不法投棄を発見し、早期に対応することで、その場所が不法投棄の温床とならないよう活動しておりますので、地区民の方にもご理解くださいますようお願いいたします。

○貴地区の不法投棄監視員 氏名：高橋 安司 連絡先：25-5403

11月の行事予定

日(曜日)	行事内容
3日(日)	第42回佐倉河まつり(地区センター) 9:30～ 第53回佐倉河地区内一周駅伝競走大会(佐倉河地区内) 10:00 仙人行政区スタート 佐倉河地区軽トラック市(地区センター) 9:30～15:00
6日(水)	館長協議会視察研修(大船渡)【集合】7:50 地区センター 定例民生児童委員協議会(地区センター) 13:30～
10日(日)	スマイル・ボウリング(地区センター) 9:30～
17日(日)	第36回佐倉河地区民バドミントン大会(地区センター) 9:00～
26日(火)	佐倉河地区振興会三役会議(地区センター) 14:00～
28日(木)	定例区長会(地区センター) 14:00～

【お知らせ】

- ◇11月3日(日)の日曜日サイクルは、佐倉河まつりのため休止になります。
- ◇11月23日(土・祝日)、24日(日)はワックス清掃のため、体育館は利用できません。



佐倉河小学校5年生が育てた米を収穫



9月24日秋晴れの下、手刈りで稲刈り。稲を束ねるのが思いのほか難しい…

きれいにしていただき、ありがとうございました

10月16日佐倉河地区老人クラブ連絡協議会の皆さんに、佐倉河地区センター敷地内の草取りと庭木の剪定作業をしていただきました。

第39回佐倉河地区部員親睦交流

ゲートボール大会の結果



優勝：佐野
準優勝：上幅
第3位：八幡

佐倉河地区の世帯と人口 (令和6年9月30日現在)

行政区	世帯数	男	女	合計	前月比
栃の木	96	135	143	278	△1
上幅	101	125	114	239	△1
一本木	148	192	192	384	0
八幡	155	195	189	384	△1
谷地	158	196	207	403	△1
佐野	106	120	148	268	0
十文字	153	183	182	365	0
松堂	535	541	564	1,105	10
宮田	391	482	524	1,006	△4
仙人	253	244	273	517	△6
合計	2,096	2,413	2,536	4,949	△4

【編集後記】
黄金色だった田んぼが収穫を終え、今年の米作りも一段落。農作業に従事された皆様お疲れさまでした。
今年は、昨夏の猛暑の影響やインバウンド等による消費の増加などが原因とされる米不足が『令和の米騒動』と話題になりましたが、県外に暮らす子どもたちには佐倉河の米を送っているため、「米売り場に行つたことがない」と呑気な様子です。
『平成の米騒動』の時学生だった私は外国米のお世話に…。米が有るありがたみを感じています。(本明)