

# うだえんしま からだちから

「うだちから」とは、宇陀に由来からある  
地域コミュニティの力(宇陀力)のことです。

このコーナーでは、市が取り組む  
「まちづくり」やNPO団体などを紹介します。  
問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

## 1 長寿を祝い敬老会

〔室生大野まち協〕

室生地域の多くのまち協や自治会で、高齢者を敬愛し長寿を祝う敬老会が開催されました。

このうち、室生大野まち協では、台風18号の影響が小さかった9月17日、室生振興センターで開催。1006人の高齢者が元気に出席しました。

当敬老会の特色は、この機会を通して高齢者と次世代を担う子どもたちが、多世代間交流を行っていることで



▲子どもたちと大きな声で歌いました



▲長寿をお祝いし花を贈呈

また、舞台演芸やバンド演奏、高齢者の特殊詐欺防止講演会など、多彩な催しがありました。  
招待を受けた高齢者は、まち協の手づくり料理を味わいながら、終始笑顔で歓談していました。

す。開会式典の後、まず室生大野子ども会が、お祝いに手づくりの花を贈呈しました。続いて、室生小学校校歌などを会場の全員で合唱しました。

## 2 健康講座を開催

〔北辰地域まち協〕

9月28日、のよりふれあいの館で健康福祉部会が「健康講座」を開催しました。当日は、あいにくの空模様でしたが、多くの方が参加されました。

開会のあいさつでは、部会長が、これまでの取り組みや、組織の活動などについて報告しました。

講座では、医療介護あんしんセンターの山中保健師から、「認知症と体操」をテーマに講演があり、その中で認知症は脳の病気であり、病気予防をどうすればいいのかという話と、体操の説明がありました。

地域で体操に取り組まれている方に体験を発表してもらうとともに、参加者の方にも体操を体験してもらうなど



▲保健師からの講演



▲体操にもチャレンジ



▲体操の取り組みを説明する参加者

充実した講座になりました。  
北辰地域まち協では、地域の活性化と、組織を充実するため、いくつかの部会を設置しています。  
今後それぞれの部会で事業を予定しており、地域の活性化を目指した取り組みを進めていきます。

### 3 伊那佐「灯」

Mate2017

伊那佐地区まち協

9月23日、宇陀市まちづくり活動応援補助金交付事業の一環として開催したこの事業は、二部構成に分かれて催しを行いました。

第一部は、旧伊那佐幼稚園でウツピーとの写真撮影やお楽しみみのプレゼントなど家族で楽しめるイベントを実施。大勢の子どもたちで賑わいました。続いて、県無形民俗文化財の指定を受けている「室生の獅子神楽（かぐら）」の演舞が始まりました。獅子舞



## リンゴ

甘酸っぱい香りとサクサクした歯触りで親しまれているリンゴは、世界各地の温帯で広く栽培されている落葉果実で、原産はヨーロッパから西アジアにかけての地域ですが、4千年以上の栽培の歴史があり、寒さにも強く土質も選ばないので栽培地は広がっています。

「リンゴが赤くなると医者は青くなる」とのことわざがあるように、リンゴは昔から、健康効果の高い果実として利用されてきました。

リンゴ果汁のクエン酸によるさわやかな酸味は、唾液の分泌を高めて食欲を増進させます。リンゴはカリウムを多く含んでおり、食べることで体からナトリウムを水とともに排せつでき



▲子どもの成長を願って

には、飢餓や疫病を追い払うなどの意味があります。獅子が舞う姿はとても勇ましく、また獅子舞が人の頭を噛むことでその方の邪気を食べてくれるそうです。子どもたちも初めて見る獅子舞の演舞に見入っていました。頭を噛む姿を見て泣き始める子どももいました。わが子の健やかな成長を願う親は満面の笑顔でした。

第二部は夕方から始まり、大勢の方が早くから会場に集まり308本の竹灯籠の中、「かぎろひ夢バンド」の歌声とともに灯籠流しが始まりました。



▲灯籠に思いを込めて

一人ひとりの思いが描かれた450個の灯籠は、過去から現在へと時代を流れ、人の手によって未来へと送られゆつくりと流れていきました。

浮かべる方や、美しい「灯」の広がりを目を輝かせる子どもたちなど多くの方々の心に残るイベントになったようです。



▲みんなの思いを込めた灯籠

薬草逍遙（やくそうしやうしやうよう）  
毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。



▲整腸・利尿作用が強いリンゴ

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

問 産業企画課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウエルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん