

石川自治センター



だより

第 63 号

発行所：石川自治センター

発行者：石川自治センター長 南條一夫

〒 963 - 7859

石川町字南町 36

Tel 26-1554 (FAX も同)

石川城の歴史を学ぶ — 第 2 回の地元学講座 —

石川町史の編纂室長を務められた小豆畑毅先生を講師に頂き、第 2 回の地元学講座が 6 月 2



6 日に開催された。石川城については、石川町史第一巻や第三巻、ビジュアル石川町の歴史等で詳しく紹介されているが、講義では、「陸奥国石川風土記」にある石川有光の築城伝説、石川持光が足利持氏から石川惣領職を安堵された南北朝動乱期に築城したこと、戦国末期に石川晴光・昭光父子が離城と帰城を繰り返したこと、昭光宛の正宗の書状を町に買い取ってもらったこと、豊臣秀吉の奥羽仕置のこと等々、エピソードを交えた熱い語り口に一同、真剣に耳を傾けていた。また、石川城跡の見学では、縄張り図をながめながら主郭まで登った。居館型山城としての主郭を守るため切岸に加えて大堀切や堅堀で防護された強固な城郭が想像されたが、併せて源氏の血筋が石川氏を滅亡から救ったことの意義を知った。石川町史の勉強会を開催して欲しいとの声が多かった講座でした。

吉の奥羽仕置のこと等々、エピソードを交えた熱い語り口に一同、真剣に耳を傾けていた。また、石川城跡の見学では、縄張り図をながめながら主郭まで登った。居館型山城としての主郭を守るため切岸に加えて大堀切や堅堀で防護された強固な城郭が想像されたが、併せて源氏の血筋が石川氏を滅亡から救ったことの意義を知った。石川町史の勉強会を開催して欲しいとの声が多かった講座でした。

石川地区自治協議会設立準備委員会始まる

石川地区の自治協議会設立へ向けての第 1 回設立準備委員会が 6 月 24 日(火)午後 7 時より各行政区選出委員 40 名(行政区委員 34 名外)が集まりおこなわれた。委員会は、地域づくり推進課志賀正敏課長・石川自治センター南條一夫センター長の挨拶に続き、自治協議会についての説明を地域づくり推進課水野憲一係長よりおこない協議に入った。協議事項は、(1)準備委員会規定について(2)役員選出について(3)今後のスケジュール確認(4)意見交換の 4 項目で慎重審議がおこなわれ、準備委員会規定、役員選出については、次回委員会で再度協議し、決定することとなった。今後のスケジュールは 7 月～3 月までの奇数月での開催を確認した。意見交換では、各行政区の事情等を踏まえての意見や要望等が出されるなど、自治協議会設立への第一歩が記された。第 2 回委員会は 7 月 29 日(火)午後 7 時より石川自治センター予定です。

第 2 回石川地区まちづくり委員会開催



石川地区まちづくり委員会(西牧敏幸 委員長)が 6 月 26 日(木)石川自治センターで行政区・各団体・役場支援員の委員 17 名が出席しおこなわれた。協議事項は(1)まちづくり団体交付金の審査・決定経過について三役から説明があり継続事業 8 団体、新規事業 3 団体の交付金が承認され交付される運びとなった。(2)三部会活動では、桜部会、名所・歴史部会の看板設置の継続、あじさい・紅葉部会の植栽の継続活動を決定した。

まちなか朝市からのお知らせ

毎週土曜日早朝から多くのお客様にご来店いただき、ありがとうございます。7 月の朝市ではポイント倍増セールやプレゼント企画を実施いたしますので、ご家族やご近所、お友達お誘いあわせの上ご来店ください。重たい荷物の配達やご要望商品も随時お伺いしておりますので、お気軽にお声をお掛けください。情報交換・出会いの場としてもご利用ください。**7 月の朝市は、5日12日19日26日です。**



レディース・スクール合同学級「キンボール大会・レディースきたす優勝」



4レディース合同学習会が、6月12日(木)午後7時より町体育館に22名の学級生が参加しおこなわれた。講師に竹島君先生を迎え、キンボールのルール等お学び、入念な準備運動後3チーム(きたす対猫啼対馬場町・外楨連合)総当たり戦で試合がおこなった。キンボール初心者もおりボールの扱いに戸惑いながらも楽しく体を動かすことができました。優勝は同点のため、きたす対猫啼のじゃんけん対決(3勝2敗)で決定しました。

レディース馬場町移動研修

レディース馬場町(安藤美智子委員長)は6月23日(月)学級生10名が参加し南会津町方面へ移動研修をおこなった。日本一のひめさゆり群生地高清水自然公園での観察会、会津の古民家での北欧料理(スウェーデン料理)テーブルマナー講習を兼ねた食事会もおこなった。

2寿大学学習会 石川寿大学「AED救命法」、新田寿健康大学「町議会傍聴」の学習会を開催。

健康づくりのための住民運動

健康で長生きしよう

—あなたの血管は大丈夫ですか—

(資料提供：石川町保健センター)

◎塩分のとり過ぎに注意！

- ・あなたの塩分の取り方チェック
- 1、漬物、梅干しをよく食べる
- 2、干物にしょう油をかける
- 3、食卓に塩やしょう油などを常備している
- 4、ハムや、かまぼこなどの加工品をこのんでよく食べる
- 5、そばなどのめん類の汁はわりと飲む方だ
- 外食が多く、とくに丼ものをよく食べる
- 6、煮物をよく食べる



判定	<input checked="" type="checkbox"/> が4～7個の人 塩分の取りすぎです。すぐに改善を！ *まずは漬物・加工品を減らすことから始めてみましょう。
	<input checked="" type="checkbox"/> が2～3個の人 塩分を意外にとっています。食生活に工夫を！ *しょう油は直接かけずに小皿にとる。酢や香辛料を使うなど調理や献立に工夫を。
	<input checked="" type="checkbox"/> が0～1個の人 合格点です。でも油断は禁物！ *さらに野菜や果物を積極的にとるようにしましょう。

☆1日当たり、男性9g未満、女性7.5g未満を目標に素材の味を楽しみながら減塩を心がけましょう。(塩を指3本でひとつまみ=3g、しょう油で小皿に半円をかく=1g)

7月度行事予定

日	曜日	行事予定	備考
6	日	レディース猫啼体験学習移動研修	北茨城市
13	日	レディース外楨体験学習移動研修	大田原市
15	火	石川寿大学移動研修	
17	木	新田寿健康大学 9:30～	新田ふれあい
24	木	第3回地元学講座 9:00～ レディースきたす学習会 18:30～	長泉寺 町民グラウンド
25	金	青少協石川支部役員会 18:30～	石川自治センター
29	火	自治協議会第2回設立準備委員会 19:00～	石川自治センター
毎週土曜日		まちなか朝市 (7/5,12,19,26) 7:30～	石川自治センター

スタンプ終了のお知らせ
自治センター設置のキビタンク
ラワースタンクプラリースタンクは、
6月30日で終了しました。多くの
お客様にご利用いただきました。ありが
うございました。