

やっぷー健康
ポイントカードを
持参してね

7月30日(日) 生野銀山～神子畑～明延方面 日本遺産探訪・健康ウォーキング

兵庫県の中央部を南北一直線に貫く道は、わが国屈指の鉱山群であり、全長73km “銀の馬車道”と言われ、明治の面影を残す宿場町を経て、生野、明延、中瀬鉱山へと“鉱石の道”が続いています。

今回の探訪は、今年4月、日本遺産に認定されましたこの“鉱石の道”を巡ります。鉱物資源大国であった日本、鉱山まち特有の景観と今昔の歴史、文化にふれていただきます。近くてもなかなか行けないところです。

この機会にお誘い合わせ、ぜひご参加ください。【担当:文化部会・健康福祉部会】

【とき】7月30日(日) であいの里集合

出発 8:00 帰着予定 16:10

【主な先行】

午前 生野銀山、生野書院、まち歩き

昼食 旧浅田邸

午後 神子畑選鉱場跡、ムーセ旧居、明延一円電車

【参加料】 2,000円(昼食代、入館料等)

【交通機関】 市のマイクロバス使用

【持ち物】 お茶、タオル、雨具 他

【募集人員】 25名

【参加申込】 7月21日(金)迄に
であいの里 (Tel 667-8020) に連絡



生野鉱山の坑道

生野銀山の坑道内(約1時間)

(ガイドあり) 坑道内の温度は年間を通して12度前後、必ず、長袖の上着をお持ちください。

生野まちあるき(約1時間)

(ガイドあり) 健康ウォーキング
歩きやすい靴で参加を!

神子畑と明延間には、鉱石と人を運んだ「明神電車」(5.75 km)が走っていました。この電車の運賃が一円だったことから「一円電車」と親しまれ、今に姿を残しています。



「明神電車」(1980年8月撮影)

明延鉱山は平安時代初期の大同年間に採掘開始といわれている。明治初年(1868年)、生野銀山とともに官営となり、1896年(明治29年)に三菱合資会社に、1973年(昭和48年)に三菱金属株式会社(現三菱マテリアル株式会社)に、1976年(昭和51年)に三菱金属の子会社として分離・独立し明延鉱業株式会社となる。最盛期には、銅、亜鉛など月産35,000t、鉱山関係の人口が4,123人(963世帯)、娯楽施設の協和会館では、最新の映画が上演され、多くの芸能人(島倉千代子、村田英雄、フランク永井など)が歌った。まだ採掘可能な鉱脈を残して、1987年(昭和62年)1月31日午後11時20分の発破を最後に、同年3月をもって閉山した。

裏面もご覧ください。

夏休み体験教室

竹細工「クワガタムシ」をつくろう

親子参加大歓迎 【担当:文化部会】



夏休み中に親子で“ものづくり”を体験してみたいか
がでしょうか。もちろん大人の方お一人でもOKです。

子どもの頃、竹細工で遊んだ思い出がよみがえり、きつ
と楽しんでいただけることと思います。

ぜひ、いっしょに楽しみましょう!

胴体部分の型は講師
の先生が準備します。



作業

- ① 竹の枝から目や足になる部分を選び切り落とします。
- ② ろうそくの火であぶりながら曲げて足や目をつけます。
- ③ のせる台を作ります。(焼き杉板づくり)

【とき】平成29年8月20日(日) 9時～12時

【ところ】 であいの里 研修室

【内容】 クワガタムシ(竹製) と置く台(焼杉)を作ります。

【講師】 安田宇一氏(新温泉町在住)

【参加費】 300円(材料費実費)

【持ち物】 タオル、のみもの、ある方は剪定ばさみ(細い竹切用)

【募集人数】 20名

【申込み】 7月31日までにであいの里へ 電話 667-8020
但し、定員になり次第締切ります。

【その他】 小学生低学年は必ず保護者同伴で参加してください。



七月九日(日) 親睦研修旅行 四十名が参加
であいの里八時出発、全但バスで一路鳥取へ、山陰海岸ジオパークでは臨場感あふれる3D映像「大地と海の物語」鑑賞、砂の美術館「アメリカ編」見学、大迫力の砂像は予想以上にみごたえのある立派なものでした。賀露港での新鮮な魚介の昼食のあとは燕趙園で中国庭園、雑技公演を鑑賞、さらに倉吉に移動し、白壁土蔵群一帯をガイドの説明を受けながら散策、酒造会社元帥で見学、試飲、お買物、帰りは道の駅きなんせでまたまた楽しいお買物、車中では話もはずみ充実した楽しい親睦旅行となりました。
担当:自治振興部会

主な事業計画等

7月20日(木)19:30 健康福祉部会

7月26日(水)13:00～15:00

社協主催 認知症カフェ

7月30日(日)

日本遺産探訪・健康ウォーキング

8月5日(土)9:30～土曜日

8月14・15日(月・火)お盆休み
閉館しますのでよろしくお願いします。

主な活動経過等

6月21日(水)探訪下見4名

6月24日(土)

心肺蘇生法&AED講習会

6月27日(火)

養父市タウンミーティング 45名

6月28日(水)食品衛生講習会

社協主催 認知症カフェ

6月29日(木)

豊岡市小坂地区視察受入 18名

7月1日(土)

体力測定会 31名参加

第1回であいの里土曜日

くだりンク食事17名

7月9日(日) 親睦研修旅行 40名

7月11日(火)文化部会

7月13日(木)養父市地域自治組織

連絡協議会 大屋 会長他

7月15日(土)ふれあい市場

8月加工品販売

第2回「土曜日」の

お知らせ

8月5日(土)

9:30～11:30

であいの里 玄関

・かしわもち

・麩まんじゅう

・はちぶせ漬 ・であいっ根

・ピリ辛きゅうり 他



皆さまのお越しを
お待ちしております。
【担当:加工部会】

きゅうり
の集荷

月・水・金曜日午前中に行っています。8月14日は休み。
ご家庭で余ったものでもよいので出荷をお願いします。

報告

5月25日開催の定期総会において提案、承認されました平成28年度決算書、平成29年度事業計画と予算書の概要を報告します。

平成28年度出合校区協議会決算書

〔収入の部〕		(単位：円)
市包括交付金	5,085,000	養父市より
繰越金	220,452	前年度繰越金
雑収入	479,680	コピー機使用料 26,695 ふれあい市場手数料 13,383 預金利息他 17,779 加工会計より(光熱水費等) 406,823 土人形会計より(消耗品等) 15,000
他会計繰入金	300,000	加工会計より(冷凍庫購入資金)
収入合計	6,085,132	
〔支出の部〕		(単位：円)
視察研修費	160,621	親睦研修バス代等
事業費	584,028	自治振興部会 155,360 文化部会 123,251 健康福祉部会 84,801 環境安全部会 20,943 女性部会 199,673
維持費	847,886	光熱水費、電話、灯油、清掃用品、建物共済分担金他
事務費	381,050	コピーカウント料、郵便料、宛名シール・コピー用紙等事務用消耗品
事務局人件費	2,406,460	事務局賃金、労働保険料
補助金	357,000	生涯学習補助金 4区 103,000 施設整備事業補助金 5区 254,000
積立金	200,000	調理室改修積立金
その他	899,869	会議費 37,760 役務費 44,070 備品購入費 549,360 施設整備費 256,679 雑費 12,000
支出合計	5,836,914	

収支差引残額 248,218 円・・・次年度繰越金

平成29年度出合校区協議会予算書

〔収入の部〕		(単位：円)
市包括交付金	5,085,000	養父市より
繰越金	248,218	前年度繰越金
雑収入	506,782	コピー機使用料 30,000 加工会計・土人形会計・預金利息他 476,782
収入合計	5,840,000	
〔支出の部〕		(単位：円)
視察研修費	180,000	親睦研修バス代等
事業費	600,000	自治振興部会 250,000 文化部会 80,000 健康福祉部会 70,000 環境安全部会 50,000 女性部会 150,000
維持費	790,000	光熱水費、電話、灯油、清掃用品、建物共済分担金他
事務費	400,000	コピーカウント料、郵便料、宛名シール・コピー用紙等事務用消耗品
事務局人件費	2,500,000	事務局賃金、労働保険料
補助金	460,000	各区申請による補助金 生涯学習事業・施設整備事業
積立金	400,000	調理室改修積立金、コピー機購入積立金
その他	510,000	会議費 40,000 役務費 60,000 備品購入費 100,000 施設整備費 200,000 雑費 30,000 予備費 80,000
支出合計	5,840,000	

平成29年度 主な事業計画

- 重点目標
- 1.校区拠点の機能強化・「であいの里」への誘導交流人口 目標 5,000 人/年 の事業展開
 - 2.地域まちづくり計画の見直し及び現状の諸課題に対応した運営活動と組織整備
 - 3.地域の課題解決力を高めるため、市行政、各種団体、道の駅等の協働、連携強化を図る。
 - 4.地域の活性化のため部会事業、集落支援事業、生涯学習事業の連携、充実を図る。
 - 5.移住、定住、空家対策等を調査研究し、地域資源を活かした地域おこしを応援する。
 - 6.農産加工部門(女性部会)は加工部会に改め、生産・加工・販売体制を強化する。

各部会・全体の事業

自治振興部会・全体	親睦研修旅行、広報、ふれあいまつり、ふれあい市場、こいのぼりまつり、ひなまつり
文化部会	日本遺産探訪、夏休み体験講座、ひなまつり寄席(落語)
健康福祉部会	体力測定会、健康ウォーキング、福祉学習・福祉サロン
環境安全部会	環境美化パトロール、看板設置、心肺蘇生法&AED講習会、防災研修会、草刈等
加工部会	もちつき交流会、視察研修、加工品定期販売、特産品研究開発、料理講習会

7月1日(土) 体力測定会を終えて 31名が一喜一憂 [担当:健康福祉部会]

昨年に引き続き、養父市健康課と生涯スポーツセンター職員、スポーツ推進委員の皆さまのご指導、ご協力をいただき、出合コミュニティスポーツセンター体育館で体力測定会を実施しました。参加者は31名(64歳以下14名、65歳以上17名)で各6種目に汗を流しながら挑戦しました。

最後の種目は64歳以下の最もハードな「20mシャトルラン」、決められた時間内に20mを何度も自分の限界まで走り続けます。最後まで残った2人は20・30代の上野兄弟、参加者全員の注目を浴びて頑張っていました。(2人の体力年齢が気になる場所ですね。)



「シャトルランは得意」小学3年生も参加

測定を終えた後、6種目の測定値、5段階評価であなたの結果は(A~E)、体力年齢は〇〇歳等が記入された体力テスト結果表が各個人毎に渡されました。この結果を認識して毎日の生活に少しでも運動を取り入れてほしいものです。

歩行は1日10,000歩が目安です。但し、急に長時間歩くと膝や腰を痛めます。1日に10分余分に歩きましょう。これだけでも体重、体脂肪、血糖コレステロール等に良い結果が出てきます。高齢者は1日15分のウォーキングを週3回するだけでも認知機能の低下を予防できると言われています。



運動すると一般的にこんな効果があります。
持久力が高まる。血圧が安定する。
善玉コレステロール(HDL)が増える。
骨が丈夫になる。(骨粗しょう症予防)
自覚症状(肩こり、不眠等)が軽減する。
気分爽快(ストレス解消)になる。



測定種目終了後、保健師さんの楽しい脳と体の体操指導あり。
「3の倍数は手を叩く、5と10は右手を横に」リズムについていけなくて思わず皆で大笑い。「出来なくても大丈夫!脳は刺激を受けて活性化してますよ。」

「心肺蘇生法&AED講習会」 [担当:環境安全部会]

6月24日(土)夜7:30~ コミスポ体育館 養父消防署職員2名を講師に12名が受講しました。心臓が止まってしまうと、脳は3~4分で回復することが非常に困難となります。このことからそばに居合わせた人が心肺蘇生を行うことが重要です。説明を聞いた後、訓練人形を使って心肺蘇生法とAEDの使用について実践で訓練しました。



裏面もご覧ください。