里づくり 敬老せきもと

人と地域を育む愛宕の里　せきもと

令和8年秋号（No.30）



発行：せきもとさとづくり推進協議会

活動報告

せきもと成人講座





☆「笑いヨガ教室」開催

8月20日に「笑いヨガ教室」を開催しました。講師には笑いヨガティチャーの大波ヒロ子さんです。

はじめに、「大根おろし」

お口の笑トレ・マッサージしながら、「はっは　はっは」と口を開けて笑う。「ソーメンソーメン　グールグル」のリズムで歌に合わせて上半身を動かし、笑顔でジェスチャーします。終わりには必ず「ホッホ　ホッホイエーイ」を繰り返し、最後にバンザイで決めポーズ。笑い、歌い、ジェスチャーすると、みんな魅力的になります。みんなの笑顔とピースで終了しました。

☆移動学習　テーマ「あの浜通りが今は」実施

9月17日、成人講座受講生の移動学習で、総勢24人がバスで双葉町、大熊町、富岡町、楢葉町の浜通り方面を見学しました。

東日本大震災、東京電力福島第一原発事故から15年が経過しました。まだ避難されている方々は2万人あまり。復興は少しずつ、少しずつと感じます。

最初に、双葉町の原子力災害伝承館を見学しました。シアタールームで震災当時の津波や被害状況を見て、館内をそれぞれ説明受けたり、記載されている内容を読んだり、参加者の目を通してみました。地図が床に置かれていて、浪江町の案内人の方が位置関係を説明しました。当時、津波から、翌日に爆発した原発からの避難で、何時間もかかる行程とその大変さに、胸が詰まる思いでした。

また、建物の外部には津波で流された消防車の残骸が展示され、自然の力の恐ろしさを知りました。





富岡町の「とみおかアーカイブミュージアム」では屋根もなくつぶれたパトカーがあり、警官の1人は今も行方不明のままです。

多くの犠牲者と、甚大な被害をもたらした大震災・原発事故から15年。「もう15年、まだ15年…」

私たちは、自然災害、事故、人災などから防げることは何かをよく考え、防災に努めなければと感じました。





楢葉の天神岬スポーツ公園から見える停止中の第二原発

☆笑って楽しむ、落語と演芸のひととき

10月15日、伊達市社協の出前講座を利用させていただき、落語と演芸を楽しみました。

落語なので交流館和室を使用し、雰囲気はバッチリ！

ボランティア活動の3人の講師は、自前の道具を持参し、参加者を楽しませました。



☆花いっぱい運動　花苗植栽を実施予定

11月15日（日）

堰本小学校西側道路際、大関の旧県道入口、新田駅前花壇などに地区内4か所で植栽予定しています。

◎笠石地内「自然と触れ合う里山事業」下草刈りの実施

里山整備事業活動の一環で、9月26日、地域振興部会のメンバー13人で下草刈り作業を実施しました。

編集後記

9月の長雨で大幅に遅れた稲刈りも、10月の晴が続いている中で、ピッチを上げて作業が進んでいます。心配なのは「米価」。昨年高騰して、今年は反動で農家は厳しい状況に直面しています。安定した需要供給ができる仕組みが必要です。

今回の表紙は、堰本地区敬老会において、地元の新田愛宕神社獅子踊り保存会の皆さんの写真です。後継者が少なく、獅子踊りを伝承していくことがこれからの課題とのことです。

（表題は片平芳江さん）

地域の方々紹介

「ごみ問題について考えてみませんか？」



佐藤賢一
（浅間町内会）

私は、現在、伊達地方の清掃センターに勤務しています。最近のごみ問題について話したいと思います。

環境省によると、私たちが住んでいる福島県は、令和6年度で全国ワースト1位になっています。年々ごみの量は減ってきていますが、それでも全国と比べると多い状況です。ごみの減量化やリサイクルが重要な課題となっています。

私たちが毎日の生活の中で出している「ごみ」。家庭から出るごみは、収集された後、焼却や資源化などの処理が行われています。しかし、ごみの量が増えれば、それだけ処理にかかる費用や環境への負担が大きくなります。ごみ処理施設には限りがあり、施設の維持や更新にも多くの費用が必要です。

また、ごみを焼却することで、地球温暖化ガスの二酸化炭素が排出されるなど、環境への影響も無視できません。

では、私たちにできることは何でしょうか。

まず大切なことは、「ごみを減らすこと」です。特別なことをする必要はありません。例えば、必要なものだけ購入する。食べ残しを減らし食品ロスをなくす。詰替え商品を利用する。台所ごみの水切りをする。など、日々の小さな心掛けがごみを減らすことにつながります。また、資源として再利用できるものは正しく分別することが重要です。紙類、びん、缶、ペットボトル、プラスチックなどを適切に分別すれば、限りある資源を有効に活用することができます。

ごみ問題は、一人ひとりが「ごみを出す側」としてできることを考え、行動することが大切です。「ごみを減らす」「分別する」「繰り返し使う」、こうした身近な取り組みを重ねることで、環境への負担を減らし、次の世代へより良い地域を引き継ぐことにつながります。

今日から、自分の出しているごみを見直すことから始めてみませんか。捨てる前にもう一度、「資源ごみではないか？」「燃やせるごみに捨てていいのか？」を確かめてください。

広報誌30号発刊のお礼

せきもとさとづくり推進協議会会長　澁谷基昌

素晴らしい出会いに感謝を込めて一言お礼を申し上げます。

それは、広報誌「里づくり　せきもと」30号ができたことです。

これには、会員皆様方に原稿依頼し心よく寄稿いただいたことを始め、編集委員の協力があったればこそで、厚くお礼申し上げます。

現にあるのは、創刊号の発刊があったればこそです。8年前に第1号の発刊に当たり、編集委員の並々ならぬ、苦労と努力がありました、その努力を今後も続け、皆さんに楽しく愛読していただける広報誌となるように、会活動とともに頑張ります。

節目に当たり、より一層充実した広報誌となりますよう、精進してまいりますので、変わらぬご支援ご協力をお願い申し上げ、お礼といたします。

社会人落語家による講談、落語











4人の社会人落語家の方による熱演で、会場から笑いを呼びました。

- 講談「谷風の情け相撲」
  中家すゞめ（伊達市在住）
- 落語「なまはげ」
  遊々亭つばさ
- 落語「持参金」　長井亭あやめ
- 落語「待合室」　今野家がめら

祝　令和8年　堰本地区敬老会開催

主催：せきもとさとづくり推進協議会、堰本地区社会福祉協議会

9月20日、さとづくり推進協議会と地区社会福祉協議会の共催による堰本地区敬老会を堰本小学校体育館で開催しました。地区内の75歳以上の高齢者81人（対象者522人）が参加し、来賓の方々、地区の方々、実行委員など合わせて約200人が集いました。澁谷基昌実行委員長が主催者あいさつを、来賓の須田博行伊達市長、伊達市社会福祉協議会長代理の本田地域福祉課長、新野賢一郎堰本小学校長より祝辞をいただきました。敬老者を代表して、齋藤正一細谷シニアクラブ会長が感謝の言葉を述べました。最後に橘内武堰本地区社会福祉協議会長から閉会のことばで終了しました。



澁谷実行委員長



来賓の須田市長



本田社協地域福祉課長



新野小学校長



謝辞を述べる齋藤正一さん



橘内地区社福協会長







敬老会アトラクション

アトラクションでは地元の愛宕獅子踊りをはじめ、児童有志のよさこい、堰本レクダンス会、社会人落語家が出演しました。







演目：

- よさこい「よっちょれ」　5年生児童有志
- よさこい「南中ソーラン」　6年生児童有志
- レクダンス「地上の星」堰本レクダンス会
- 新田愛宕神社獅子踊り
  新田愛宕神社獅子踊り保存会
  保存会代表・秋葉十二さん
- 社会人落語家による講談、落語



地域のお宝を再発見した敬老会

山田昭彦伊達市集落支援員（梁川地域担当）

今年も、「せきもと地区敬老会」に足を運びました。人生経験豊かな諸先輩方、心よりお祝い申し上げます。これからも健やかにご長寿を重ねられますようにご祈念申し上げます。そして地域の皆様も、賑やかな会を今年も開催していただき、感謝いたします。堰本小学校5・6年生有志による演目、新田愛宕神社獅子舞演舞、社会人落語会による講談や落語と、どれをとっても昨年とは違った演目であり、幅広い世代が交流し、大いに楽しまれた素晴らしい会となりました。

「どうすれば参加者に楽しんでもらえるか」と考え、常に新しい企画に取り組んでいる姿は、お互いを敬い、思いやる気持ちの表れなのでしょう。「地域づくりは人づくり」、堰本地区にはかけがいのない[人]と言うお宝が今も沢山存在していると改めて感じました。