

中山地区 公民館だより

NO 593
令和4年6月7日
中山地区公民館
Tel 676 - 2553

☆わんぱく広場「開級式」☆



5月22日（日）に令和4年度わんぱく広場開級式が行われました。公民館長から今年の1年生が紹介され、2名の元気な男の子が皆さんに自己紹介し、「よろしくおねがいします」と元気にあいさつをしてくれました。その後雨のため、公民館の軒下でプランターにベゴニアの花苗を植え付け、自分が植えたプランターに名札を挿していきました。花が植えられたプランターは地域部の方から地区内に運んでいただきました。子供達には、秋まで花の水かけなどのお世話をお願いしました。今回はあいにくの雨降りで、残念ですが田植え体験は中止になってしまいました。田植えは後日、公民館事務長と上町の稲葉清志さんにより行われました。作業していただいた皆さんありがとうございました。

☆環境を考える日《道普請》☆



4月29日（金）にコロナ感染防止対策で昨年まで中止になっていました環境を考える日（道普請）が、中山地区内で行われました。農道の整備（砂利を敷いたり、U字溝を入れたり）、除草やごみ拾いなどしていただきました。作業に参加していただいた皆さんお疲れ様でした。

☆令和4年度クアの道ウォーキングが始まりました☆



5月12日（木）から令和4年度「クアの道ウォーキング」が始まりました。今年も多くの方（初回27名）の参加をいただいています。シャガや延齡草、マムシ草など多くの花が咲いているのが見られました。クアの道を整備していただいたこともあり、とても歩きやすいコースになっています。皆さんの参加をお待ちしています。

☆中山クアの道、整備☆

5月8日（日）に「中山クアの道」整備が行われました。今回は、御天守に登るところやオプションコースの階段を丸太からプラスチック材に替えてもらったり、杭が腐って危ないところを直してもらったりとより歩きやすく安全にウォーキングできるようになりました。多くの方から御協力をいただきありがとうございました。



－6月の行事予定－

6月 3日（金）	地区役員会	中山地区公民館
10日（金）	公民館職員合同研修会（午後職員不在）	南部地区公民館
12日（日）	でんがく作り教室	中山体育館
19日（日）	女性講座「フラワーアレンジメント教室」	中山地区公民館
24日（金）	女性講座「手芸教室」	中山地区公民館
25日（土）	ホテル観賞会	中山橋付近

※状況により行事予定が中止又は延期になる場合があります。

「クアの道ウォーキング」	毎週木曜日	午前9時から
「いきいき・かみかみ百歳体操」	毎週水曜日	午前9時30分から
「ピンポンを楽しむ会」	毎週火曜日	午前9時30分から
「健幸体操」	毎週火曜日	午後1時30分から
「スローエアロ」	6/14（火）	午後1時30分から

－7月の行事予定－（変更になる場合があります）

7月 1日（金）	地区役員会	中山地区公民館
3日（日）	河川清掃	中山地区内
22日（金）	ふれあい教室「1日研修」（職員不在）	
25日（月）	ふれあい教室「奉仕活動」	中山地区公民館



健康メモ 6月号

気温も定まらない日が続きますが、いかがお過ごしですか？

毎日感染予防行動をとっていただき、ありがとうございます。なかなか収まらない毎日ではありますが、気分転換を図りながら、一つひとつ出来ることを積み重ねていきましょう。不安なことや心配なことなどがありましたら、健康推進課にご相談ください。



6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」です。
スローガン「**いただきます 人生100年 歯と共に**」



外出する機会が減り、家でじっとしていたり、誰とも話をしない時間が長くなると、オーラルフレイル（お口の機能低下）に繋がります。オーラルフレイルを予防して、おいしく楽しく健康に過ごしましょう！

※お口のことで不安なことがありましたら、かかりつけの歯科医に相談しましょう。

オーラルフレイルチェック



- ☐：滑舌が悪くなっている
- ☐：食べこぼしが増えている
- ☐：むせてしまう
- ☐：お口が渇く
- ☐：噛むことができない食品が増えている



お口の健康づくりをしましょう ♪

- ★お口周りの筋肉を動かしましょう。
 - ▶ お口周りを手でほぐしながら唾液腺マッサージをしたり、お口の体操をするのも良いですね！
- ★食事はしっかり噛んで食べましょう。
- ★新聞や本を声に出して読んでみたり、歌を歌ってみましょう。
- ★離れた家族や友人とは、電話でお話ししましょう。
- ★食後に歯磨き（入れ歯磨き）と舌磨きをして、お口を清潔にしましょう。

中山の民俗

☆四八二号☆

伊達輝宗と中山城

伊達領の北条莊中山郷に、「境目の城」として構築されたのが、云うまでもなく「中山城」である。当時、輝宗の家臣であった小国藏人が居城していたが、輝宗の正室である最上義光の妹「お東方」の領地とで、幾度となく小競り合いが行なわれていた。それを和睦しようと双方が苦悩していた状況を、詳細に記載していたのが「伊達天正日記」である。

また、昨今の新史料発見によって、仙台市青葉城資料展示館の大沢慶尋学芸員が、『青葉城資料展示館研究報告』書の論考が発刊された。この書によって、最上家と伊達家の小競り合いが展開された要因が明らかになった。いわゆる「天正二年最上の乱―新出史料―」である。その発表会が平成十八年一月二十一日、山形市の遊学館（県立図書館）で開催され、私も参加させて頂いた。それは、これまでの「軍記物語類の記事」ではなく、驚くべき事実の内容であったので、遅れながらも表題通り「伊達輝宗と中山城」に関わる項を抽出して述べる。

尚、文献出典の「日記」は『伊達天正日記』・「記録」は『性山公治家記録』の略であるが、『山形県史』では「日記」を記述しているので「県史」で追記とする。

天正二年（一五七四）正月

天正二年甲戌年正月之内の事

天正二年三月

十三日 天きよし、くもる、佐田會への状はんいたし候、夜たんから、

佐田會へのくらちやう、又、中山の事もたんから、一毛斎、則休斎ニくうちや、夜半より雨ふる。『県史』

十四日 天き雨ふる、はやふささつるとりつかいにこし候
隼ハふんこうるとりハ助五郎、山かたへ圓成坊使こし候、
中山の事二つゐて、よるのよつ此より大雨『県史』

〔判読〕

両日の事は、よく分からないが、宮川一毛斎・綿織則休斎に中山の事を願って協議している様子で、十四日は、隼人と助五郎が、圓成坊と云う里修験に願って、派遣、中山の事を山形城に使いを出している内容であろう。

天正二年四月

〔判読〕

十九日 天きよし、八此より大雨、らいなる、ひようふる、

如玉、晩二たんかう、中山の事、林蔵かへり候『県史』
天気も良く、午後三時頃から大雨で雷も鳴り、玉の様な雹も降った。晩には、中山の事で林蔵が来て協議し、帰ったと云う日記である。

参考文献

山形県『山形県史資料篇15.上』・昭和五二年刊