

中山地区 公民館だより

NO 594
令和4年7月1日
中山地区公民館
Tel 676 - 2553

☆でんがく作り教室☆



6月12日（日）に中山体育館で「でんがく作り教室」が行われました。初めに吉川館長から「でんがく」の事や、昔は各町内ごとに「文殊講」というものが行われていたという話等をさせていただきました。その後、子供達から不織布に絵や短歌を書いてもらい、書き終わった人からでんがくの木枠に画びょうで貼り付けてでんがくを完成させました。できた「でんがく」は25日の「ホタル観賞会」の時に中山橋に飾られ、皆さんに見ていただきました。

☆女性講座「盆景教室」☆



6月24日（金）に女性講座で「風の呼」の佐藤絵理子さんを講師に迎え、「盆景教室」が行われました。先生が準備してくださった石でできた鉢とそれに植えていく植物を3種類（1つは山モミジ、あと2種類は好きなものを）選ぶところから始め、どういう風に植えていくかなどの説明を聞きながら進めていきました。最後に苔を敷き詰めて出来上がり。鉢の形は一つ一つ違うし、同じ植物でも大きさや形が同じというものはないので、皆さんの個性が出る作品になったと思います。夏の晴れた日は1日2回水をかけた方がいいという事だったので忘れないように管理して育てていきましょう。

☆ホタル観賞会が行われました☆



6月25日(土)に中山橋付近で「ホタル観賞会」が行われました。雨や強風が心配されましたが、夕方には強風も収まり青空が見えていたので安心しました。中山橋の下で光っているホタルは見られましたが、残念ながら飛んでいるホタルは見られませんでした。6月12日(日)に子供たちが作った「でんがく」は、中山橋に飾られ優しく照らしてくれました。



☆フラワーアレンジメント☆

6月19日(日)に女性講座で「フラワーアレンジメント教室」が行われました。暑い日が多くなってきて、生花があまり日持ちがしないという意見もあり、ドライフラワーでも飾れるような花や葉を材料にしたアレンジを教えていただき活けていきました。また、残った花材を束ねて「スワッグ」にしても飾れると教えていただきました。

－7月の行事予定－

7月	3日(日)	河川清掃	中山地区内
	8日(金)	上山市総合防災訓練第1回説明会 地区役員会	中山地区公民館 中山地区公民館
	10日(日)	参議院議員選挙	
	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

※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」	7/12(火)	午後1時30分から

－8月の行事予定－(変更になる場合があります)

8月	5日(金)	夏休み講座「もの作り教室」 地区役員会	中山地区公民館 中山地区公民館
	8日(月)	夏休み講座「御天守山自然観察会」 市長と語る車座ミーティング	中山クアの道 中山地区公民館
	29日(月)	ふれあい教室「1日研修」(職員不在)	



健康メモ 7月号



中山の皆さんこんにちは！寒暖差や強い風など、いつもと違う日々ですが、体調に気を付けてお過ごしください。

熱中症とは・・・

高温多湿な環境に長時間いることで体温の調整ができなくなる状態で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、熱が体内にこもってしまうこと。めまいや吐き気、頭痛、倦怠感、けいれんなどの症状を起こします。

マスクを着用した状態では、皮膚からの熱が逃げにくくなる、水分をとるのを忘れて気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなることもあります。

～熱中症予防 × コロナ感染症予防～

※厚生労働省：「熱中症予防のために」、環境省：「熱中症警戒アラート」 出典

1. 夏が始まる前の「いま」、暑さに耐えられる体力をつけよう！

- ・ 毎日体温測定、ご自身の健康チェックをしましょう
- ・ 夏野菜が出始めました。3食バランスよく、食事をしましょう 
- ・ 朝夕などの日差しの落ち着いた時間に、体を動かしましょう
おすすすめ運動）ラジオ体操、ウォーキング
- ・ 十分な睡眠で、1日の疲れをしっかりとりましょう

2. 暑さを避けよう

- ・ 気温に応じて、涼しい服装、日傘や帽子を利用しましょう
- ・ 室内でエアコン使用中も、こまめに換気をしましょう
- ・ 屋外での活動時は、少しでも体調が悪くなら涼しい場所へ移動しましょう
- ・ 涼しい屋内に入れなければ、日陰へ移動しましょう



3. マスク着用時は特に体調に気をつけよう！

- ・ 激しい運動は避けましょう
- ・ のどが渇いていなくても、こまめに水分を補給しましょう（目安は1日 1.2ℓ）

※気温や湿度が高いときは特にご注意ください！

4. 適宜マスクを外そう！

- ・ 屋外で人と2メートル以上（十分な距離）を確保できる場合には、適宜マスクをはずして休憩をとりましょう。

中山の民俗

☆四八三号☆

伊達輝宗と新地館

天正二年五月

十一日 天き上々。動ちんとり候、やく所わたし候、同ちん、

おのゝのちん、某も中山出候、たかまつ放火候『日記』

十一日乙酉。諸備陣取役所等渡サル。

公諸陣ヲ率ヒテ北条莊中山ニ御出馬、

諸手ニ命シテ最上領ニ放火ス。

上山高松辺マテ所々焼動アリ。『記録』

〔判読〕

十一日の天気は上々、陣を取る役所は石曾根村の館「新地陣小屋」で、北条莊中山城から、滞在していた輝宗も家臣を連れて出馬するので、それまで最上領の石曾根村から高松村まで放火して焼打ちをなさいと、命じた記述である。ここで云う「陣取役所」とは、石曾根地区内で赤坂集落の近くにあった「新地館」の事である。

ところで、「新地館」の新地とは、確信できる古文書から大沢慶尋氏が発見した小字名で、当時の木村好美（石曾根）氏の案内で判明した。その後、二度ほど筆者の蓬萊波形文庫に来宅、「蓬萊と原」の地名を案内している。現在も小字名で現存する。

十二日 新地まかり、やく所わたし候

ほりのやく所也かきニゑたいかい出候、

門九新岩よりふミ参候『県史』

〔判読〕

新地の陣小屋に参り、中に設置された役所を確認した。堀の中にあった役所は二重の垣根である。と云ったものである。

参考文献

大沢慶尋『青葉城資料展示館研究報告』青葉城資料展示館・平成十四年刊

山形県『山形県史資料篇15.上』・昭和五二年刊



ハウスー帯が小字新地

蓬萊波形山文庫主

加藤和徳