

# ふれあいの里

## 幸せさがして

令和二年、初春を迎えるにあたり、皆様にはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。南浦小学校地区社会福祉協議会の諸行事も、住民の皆様のご協力により、盛大にすべて催すことができました。深く感謝申し上げます。

さて住みよい南浦地区、自然に恵まれた豊かな暮らし、この地に生まれこれから先も変わらず愛し続けて暮らせるために、五年先十年先を目標に考えたいものです。何と云っても老いは待つてはくれません。高齢化率は五十一％(六十五才以上) 年々増加しています。今一度「幸せとはなにか」社協の輪の中で知恵を出し、自分の中でグループの中でできること、行政の手を借りてできることなど、地域の皆様のご幸せをさがして参りたいと思えます。そのためには皆様のご協力とご指導をよろしくお願い申し上げます。

南浦小学校地区  
社会福祉協議会  
会長 小林 一郎

### 南浦小学校区の住民基本情報

世帯数	男性	女性	合計
400軒	397人	446人	843人

中学生以下		高齢者		
0~14才	65~69才	70~74才	75才以上	合計
24人	75人	89人	266人	430人

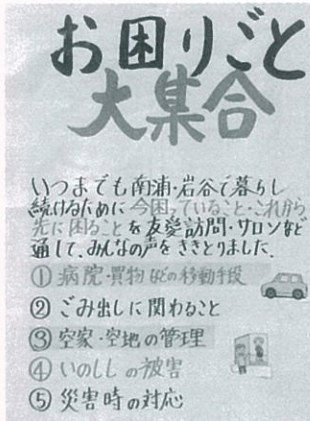
**高齢化率**  
 65歳以上 430÷843=51.0%(-0.2ポイント)  
 75歳以上 266÷843=31.6%(+1.3ポイント)  
(令和元年12月末現在) 倉敷市のホームページから  
 倉敷市の高齢化率(65歳以上) 131312÷482250=27.2%  
(+0.2ポイント)

第16号  
編集・発行  
南浦小学校地区  
社会福祉協議会

### 南浦・岩谷『みんなの声』

今年度の愛育委員メンバーの関心事は何かと話をしていると、口々に困っていることがいっぱい出てきました。そこで、ミニ健康展での今年のテーマは「お困りごと大集合」と決まりました。友愛訪問(独り暮らしの方への訪問)やサロン活動時・近所の人などの声を集めました。そしてポスターにし、掲示をしました。その結果は

- ①病院・買物の移動手段
  - ②ゴミ出し
  - ③空家・空地の管理
  - ④いのししの被害
  - ⑤災害時の対応など
- まだまだ届いていない声がたくさんあると思います。一つ一つの問題を地域の取り組みとして考えていけたらと思っています。



お困りごと大集合

## お出かけ支援の取り組み

### お出かけ支援の講演会

南浦・岩谷の皆さんの、お困りごとの声を受けて二月六日(木)お出かけ支援についての講演会を開きました。小雪の舞う寒い日にも関わらず八十名以上の参加者がありました。

玉島南と北の両高齢者支援センターから情報提供があり、そこで穂井田地区の取り組みを知りました。そして「あすなる園」の中塚園長さんは、南浦に向けての取り組みの熱意をお話ししてくださいました。参加したみんなはこれからのお出かけ支援に希望を持ちました。

でもあすなる園に全てをお任せするのではなく、各自ができることは力を出し合い、お互いにつながりあって、地域を元気にしていきたいましようとの助言も頂きました。

参加者からの声  
 \*近い将来困るので早目に実施してほしい  
 \*穂井田が便利になっているので、南浦も地域の戦力を活かして取り組んでほしい



### 令和元年度 主な年間行事

1	第24回南浦小学校地区社会福祉協議会総会	5月19日
2	第19回三世代ふれあいウォーキング大会 「矢掛本陣探索コース」	9月29日
3	第21回三世代交流グラウンドゴルフ大会	11月17日
4	敬老会	11月 3日
5	第16回高齢者ふれあい会食会	1月19日
6	健康づくり講演会「南浦・岩谷お出かけ支援」	2月 6日
7	第16号「ふれあいの里」発刊	3月 1日

令和元年十一月三日、この日は皆さんが楽しみにしていた敬老会でした。昼になると西から東から岩谷から、人々が集まり会場いっぱいになりました。趣向を凝らした演芸で喜びも頂点に達しました。小学生から大人、そして「長寿の方」まさに三世代が一つになる時です。また今回はうみねこサロンのメンバーによる手芸作品発表会を、会場入り口あたりで展示披露することになりました。かねてからの夢もありました。メンバーの力作、手編みベスト、ストール、ネクタイでリフォームしたネット、折紙作品等々どれをとっても素晴らしいものばかりです。「あら、いいわ欲しいなあ。」口々に歓声が起こり喜んでもらいました。

毎月第四金曜日午後一時半より憩いの家にて開いています。楽しく夢のある人生を目標に明日に向かって、サロンは続きます。

うみねこサロン代表  
小林 美知子



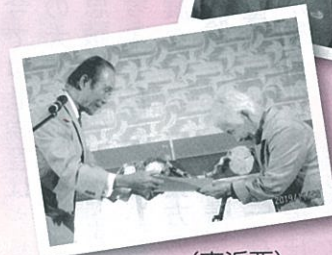
敬老会でのうみねこサロン

# なんぼワン

### 敬老会 高齢者表彰

- 南浦 幸男 (91歳)
- 藤沢 正恵 (91歳)
- 岩谷 昭男 (91歳)
- 渡辺 昇 (88歳)
- 若狭 郁夫 (87歳)
- 渡辺 富子 (94歳)
- 渡辺 文子 (92歳)
- 若狭 加津子 (92歳)

(天神) 藤沢 幸男さん



(東浜西) 小野 正恵さん

## 敬老会で「うみねこサロン」活動展示

今年度の敬老会ではオーシャンくらぶ全員が舞台に上がり、「あやとり人間マジック」と「輪抜け」を見てもらいました。萱嶋校長先生・高齢者支援センターの人に参加して頂き、花を添えてもらいました。最初のマジックは五本の指の代わりに、人間が壇上に立ちます。「○○常会の○○さあーん」と呼んでもらい、「はあーい」と大きな手で手を挙げて返事をします。紐を組んで前の人に掛け、自分も仲間に加わるといふ動きをしました。最後に校長先生に紐を引いてもらいます。自分の所で解けなかったらどうしよう、とその瞬間は「ドキドキハラハラ」です。解けたときは「バンザイ」と元気な声でました。

二つ目の「輪抜け」は最初に大きな輪に紐を通しておきます。あや紐を外したり掛けたりしながら、最後は輪が紐からすると抜けていきます。ひと時童心に戻り楽しい時間が過ごせました。

なんぼオーシャンくらぶは十二月で百五十回目を迎えました。人生百歳時代の現在、シニアの人の自分のことは自分で出来るように、生き生き体操に参加しませんか！

なんぼオーシャンくらぶ一同



敬老会でマジックショー

# いわやチーム



矢掛本陣ウォーキング大会

68名の方が参加されました



今日の天気予報が雨、前夜からバッグに傘を出し入れ迷いつつ眠りにつき、朝起きると絶好の天気、貸切バスに乗り矢掛町へ。旧山陽道筋に足を踏み入れると、一番に目に入った町並、二十数年前に大名行列を見学した時に旧山陽道一帯を歩いた時よりもあまりにも変わっている光景に時代の流れを感じました。

今では古民家再生により、軒並に商店が増え活気がある中で、雰囲気はとも落ち着きがありました。時間をかけて「下座場址め」まで歩き、バスに乗り運動公園へ。あまりの広さに吃驚し園内を散策し、お弁当を頂いて、子供達が芝スキーを楽しんでいる姿を見て、滑ってみたい気分になりました。次に水車の里フルーツトピアに行き、果物の試食を頂き楽しい一日を過ごすことができ、ありがとうございました。

地元の人から裏通りに、郷土美術館、お寺、町家交流館、妻入り五軒並び町屋、古墳群、一里塚と多くの名所があると聞き、私自身本陣に入っていないので今度ゆっくりともう一度散策しようと思っております。

(紺屋上) 藤沢 文子

## ウォーキング大会に参加して

## グラウンドゴルフ大会に参加して

ぼくは、昨年に続いて二回目のグラウンドゴルフ大会に参加しました。参加した理由は、昨年三位だったので今年こそは絶対、ゆう勝したいと思ったからです。

当日の開会式では、友だちと選手宣誓をしました。きょう技に入ると、ぼくはボールをゆっくり打つていねいに打つように心がけたけど、ついつい早く強く打ってしまいました。でも同じグループの人們が、「いいよ。ナイス!!」と、やさしく声をかけてくださいました。途中いろいろな人が、ホールインワンを出してすごいなあと思いました。成績は悪かったけど、楽しくプレーできたので良かったと思います。

また来年も出場したいし、がんばって上位を目指してプレーしたいです。

(四年) 妹尾 けん汰



選手宣誓

令和元年度  
グラウンドゴルフ  
の成績

- 優勝 妹尾 保正
- 2位 小林貴一郎
- 3位 若狭喜久子

## ふれあい会食会

一月十九日、西校舎にて六十八名の参加者。まず村田保健師さんによる「めざせ！かわいいおばあちゃん、おじいちゃんを」のお話で元気に暮らすコツを教えてもらいました。

次に作陽大学の学生さんによる「フルート演奏」心に染みる爽やかな音色にしばしうっとり。

昼食を賑やかに頂き、次は藤沢絹枝さんによる朗読「雨ニモマケズ」

全員で輪投げゲームに熱中し、合奏して笑い声の中、満足顔のみんなに元気で暮らそうねと最後の言葉。七十五歳以上の方は来年も集まりましょう。

# 私の健康法

渡辺 佳子さん 82才(岩谷)



- ①健康体操をする。
- ②グラウンドゴルフに参加
- ③文化筆の練習、カラオケに参加
- ④多くの人と接する様にしている
- ⑤野菜、花づくりを楽しむ
- ⑥食事に気をつけ、睡眠をしっかりとする様心がけている

谷田 良雄さん 89才(池ノ上)



- ①一日6000歩以上歩く
- ②体を一定に使う
- ③三度の食事、好き嫌いなく食べる
- ④20時以降は食べない(水分はとる)
- ⑤よくよくよせず、前向きに考える
- ⑥海、山の自然に感謝しながら自給自足の生活を楽しむ
- ⑦一人暮らし、愛猫との会話が心の癒し



東浜海岸ゴミ清掃

小林貴一郎さんの後任として、今年度より環境衛生協議会の南浦支部長を拝命致しました。

年々悪化する地球環境の温暖化、海洋汚染等地球規模の課題が山積している中、昨年八月中旬のお盆休みに中国地方を直撃したスーパー台風10号。暴風・高波が南浦海岸(特に東浜海岸)の砂浜に大量のゴミを運んできました。流木、漁具あり、プラスチック、レジ袋、空き缶等々でした。これらを八月下旬の30℃越えの炎天下各組合長を中心に10余人で玉の汗を流しながら、それぞれ分別し清掃する事が出来、皆様に感謝です。今年と同じような未曾有の大災害が起らないよう折るばかりですが、「住み続けたい村南浦・岩谷」の推進に向けて、「ゴミの減量化・リサイクルの促進・不法投棄の防止等々・身近なことから実践する一年にする為に皆様方の協力をよりよくお願い申し上げます。

環境衛生協議会 南浦支部長 原田一夫

## 台風10号の大量のゴミ

## 道路拡張工事の完成

平成三十年から始まった拡張工事はこの三月末で全て完成予定です。西方面の危険なカーブは広くなりますが、安全運転に努めてください。



(西浜西) 藤沢 美由紀

## 避難訓練に参加して

令和元年十月十三日(日)、南浦地区の避難訓練に参加させていただきました。午前九時防災無線放送により避難指示が発令され、一時集合場所に急ぎました。参加者が揃ったところで、皆で避難所の南浦小学校体育館に徒歩にて向かいました。

現実には身がひきしまる思いがしました。また身近なところでこうした避難訓練による災害への意識付けは大切だと感じました。解散時は備蓄品のカンパンとアルファ化米を頂きました。帰宅後早速古いものと交換し、配布された赤い避難メモは食卓からよく見える所に貼りました。企画運営して下さった南浦災害対策協議会の皆様、ありがとうございました。

## 避難訓練を終えて

十月十三日「避難訓練」が実施されました。避難情報が発令されたと想定し、防災無線放送に従い一時集合場所に。安否確認ののち、避難場所南浦小学校、体育館に集まりました。防災委員のお話、それを聞き入る私たち、防災への理解や緊張感も得て、少しだけ賢くなった一日でした。それから四ヶ月が過ぎたいま、私たちはどんな努力をしたでしょうか。同じ仲間である真備での豪雨被害。今もって多くの方々が大変な思いで頑張っておられます。

「自分の命は自らが守る」を基本に、起きる被害を想定してどう行動するか、ご近所との話し合いで共助も加われば尚心強いですね。いざとなれば「んでんこ」も有るのだと考えておきましょう。

(西浜中) 藤沢 正治

# The grass is always greener on the other side of the fence

私は外国が好きだ。特にヨーロッパが好きだ。しんどい思いをして、飛行機で12時間かけても、行く価値があるものと信じてやまない。

石畳の道を歩いていると、ヨーロッパに来たことを実感する。しかし、普段山歩きで足を鍛えている私であるが、長時間歩いていると疲れてしまう。普段使っていない筋肉を使うせいかもしれない。スーツケースを引いて歩く場合は、更に疲労する。石畳の段差がキャスターにひっかかり普段より力があるからだ。こんな時、何気なく通っている日本のアスファルトの道が恋しくなる。

食べるのも旅の楽しみ。大好きなシュパンヘルケル等の肉料理。寒い日においしいグラシュー等のスープ料理。イギリスでメジャーなフィッシュ&チップス。甘いお菓子などなど。これらの食べ物は、胃にとっても負担がかかる。すると私の胃は、日本にいる時はあまり食することのない「なます」を無性に恋しがらる。どうやら海外に出ると、その国を楽しみながらも、

やたらと日本のことを思い出してしまうようである。「隣の芝生は青い」とは、よく言ったものである。どんなに素晴らしい所に住んでいても、人は、となく周りのよさに目を向けがちで自分が住んでいる町の良さには気付きにくい。私たちが住んでいる倉敷市。うれしいことに毎年大勢の観光客が訪れ、その数は毎年うなぎ上りである。

私たちが住んでいる倉敷市の魅力って何?南浦の魅力って何?その問いに何個答えることができるだろうか。子どもたちに問うてみたい。

倉敷市立南浦小学校 校長 荻嶋 淑美

Abfahrt	Departure	09:21:56	Ankunft
42	Gänserndorf	2	09:15
42	Budapest Keleti	9 A-B	09:18
45	Wolkersdorf	2	09:21
47	Bratislava-Petrzalka	11 B	09:22 09:29
47	Wien Meidling	1	09:22
47	Retz	2	09:28
47	Liesing	1	09:29
40	Bruck a. d. Leitha	9 A-B	09:30 09:38

温暖化が進むいま大規模な自然災害が日本各地で見られ、安全と言われた岡山県でも、いまや地震、台風、豪雨など、いつ起きてもおかしくないのです。ここ南浦を襲った16号台風、海岸沿いの家の大方が床上浸水しました。その少し後に「南海トラフ巨大地震」の想定が公表され、震度6、高潮も。それから十年余を経て今では危険度はさらに増し、未曾有の大被害は、今日か明日起きても不思議ではないのです。



(西浜中) 藤沢 正治

### 十二支のひとつイノシシ!

イノシシは泳ぎも上手で北木島にも出没するという。ところが、親が残してくれた田畑は荒らされ、耕作もままならない。周囲の皆さんからも「イノシシからの被害を何とかして!」と、十数年前からよく耳にするようになった。

「誰がイノシシを退治できるのか!俺しかいない。よーし!」。狩猟免許を取り、イノシシを退治してやろうと『一念発起』。しかし、年齢は七十歳。合格への不安やら、取得後の狩猟方法等々、決断するまで随分と悩んだ。

見事合格!セロからのスタート。何から始めればよいか不安だらけ。天からのお計らいか、玉島支所から猟友会の人を紹介していただき、勇気がみなぎってきた。その後は機会あるごとに狩猟に関する講習会に参加した。現地実習を受講した赤磐市では、

- ・ 罾の作り方
- ・ 罾の掛け方
- ・ 罾をかける場所 など、多くのことを教示してもらった。自らもイノシシの習性や生態を独学で勉強した。『猪突猛進』といわれるように、突進力が強い半面、神経質な動物だ。普段、見慣れないものを見かけると、それをできるだけ避けようとする。人間と遭遇し

た場合でも何もしなければ逃げ出すが、挑発すると反撃に出てくる。多産で春に、二〜八頭の子を産むとも言われている。

やった〜!平成二十九年には五頭を、三十年には八頭を仕留めた。令和がスタートした今年の目標は、二桁だ!誰か一緒にやりませんか。丹精込めて育ててきた農作物が収穫できない現状。熊・鹿・猪など人にとつては害獣。全国各地でなぜ里まで出没するようになったのか?

地球温暖化による気候変動の影響か?山は荒れ、畑は耕作放棄、食糧のドングリや山の幸は激減。食べ物を求めて街中まで出てくるのは必然!その源は、人間の生活様式にあるのかな?共存、共栄はできないものかな?

(天神) 藤澤 忠信



捕獲したイノシシ

### 新任 民生委員・児童委員

この度、十二月一日付で着任することになりました。よろしくお願いたします。私は南浦に住んで四十八年になります。地域の皆さんに何かと教えていただきながらこれから先、ご恩返しできたなら幸せと思っております。隣人愛、社会福祉の増進、誠意をもって努めていく覚悟です。住みよい明るい笑顔ある町 南浦を守りましょう。

南浦東地区  
民生委員・児童委員  
小林美知子



私が結婚して岩谷に来た時は、夫の両親と同居でしたが、とてもよくしてもらいました。在職中に義父母を見送りましたので、充分な親孝行が出来ないままでした。今は子供達も家に居なくて夫婦だけの生活です。そんな今、高齢化する地域の方々に、少しでも親孝行の様な事が出来たらと思っております。わからない事が沢山ありますが、皆様のご指導をいただきながら、努力していきたくと思っております。

岩谷地区  
民生委員・児童委員  
若狭 衣江



### 民生委員・児童委員

- ・南浦西地区担当  
若狭 尚三 ☎528-1110
- ・南浦東地区担当  
小林美知子 ☎528-1032
- ・岩谷地区担当  
若狭 衣江 ☎528-2503

### 主任児童委員

- ・若狭 育美 ☎528-1216

### ◎緊急連絡先

事件・事故 110 火事・救急車 119

### ◎災害時連絡先

玉島消防署 522-3515 玉島警察署 522-0110  
黒崎駐在所 528-0179

### ◎災害時届出避難場所

南浦小学校体育館

### ◎悪徳商法(オレオレ詐欺等)・多重債務の相談窓口

岡山県消費生活センター 086-226-0999  
倉敷市消費生活センター 086-426-3115