

始良校区

コミュニティ協議会だより

発行 令和3年12月1日
号数 第20号
事務所 始良市西餅田3311-1
(始良市働く女性の家内)
電話 73-8389 (火、木、金)

コロナウイルスの1日も早い収束を！

会長 大浦地 政廣

8月中旬頃、鹿児島県が「まん延防止重点特別措置法」の適用を鹿児島市・霧島市・始良市を対象に申請するとの報道に、「なぜ」と思いましたが、始良市で8月中に140名余りの感染者が出ました。

10月に入ると、急速に鎮静化し、始良市や鹿児島県内でも感染者が出なくなりました。早くコロナ前の生活に戻ってほしいですが、世の中全体が新しい生活スタイルになっていく感じもします。

私たちの生活も、コロナ前に戻るのではなくて、新しい生活様式や考え方になっていくのではないかと考えられます。

以前、10月以降の行事について延期や中止のお知らせをしましたが、感染者も減少したことから、できる行事は実施していこうと、健康支援グラウンド・ゴルフ大会やウォーキング大会は実施いたしました。

皆様の健康維持に少しでも役立つよう、計画した行事は実施していきたいと考えておりますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

コロナ禍における始良小学校のPTA活動

始良小学校PTA会長 山下 暢志

新型コロナウイルス感染症の拡大により、その感染拡大防止の観点から多くの行事や活動を自粛・制限することになり、非常に苦しい期間を過ごしております。

三密を回避し、マスク着用、体温測定など対策を取りながら活動しておりますが、「もし」「万一」児童に感染させてしまったら・・・、家庭内感染で子どもにうつしてしまったら・・・と考えると一歩が踏み出せない状況が続いています。

そのような中で、何かできることはないか？やり方を少し変えて実行できないか？とその都度協議し、どうにか活動を行っています。

学校では、二学期のスタートと同時に校舎に入る前に全児童の体温測定を行っています。家庭でも起床時の体温を測定し水際対策を徹底し、PTAでは会議を書面開催に変更したり、SNS等を利用した情報伝達を昨年以上に強化し対応しました。

今後も「やらない理由を一生懸命探すより」「どうしたら実行できるか」という考えを常に持ちながら柔軟に対応していきます。皆さまのご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

スローガン (将来像)
緑あふれる自然と人とが調和し豊かな心を育む始良校区
～子どもから高齢者まで、みんなにやさしい安心安全な地域づくり～
始良校区まちづくりプランから

始良駅前ロータリーに花を植えています！

昨年から、始良駅前ロータリーに当協議会では花を植えております。

コミュニティ協議会の事務所に来られた方から、「最近、始良駅前が表通りになった気がするよね。」と言ってもらい嬉しくて思っております。

1月末から3月初めまで菜の花を、夏から秋にかけてはヒマワリやキバナコスモスなどを植えて楽しんでいただきました。

11月末には菜の花のタネを播きましたので、来春に咲く花を楽しみにしてください。花のある駅前を目指しております。今後とも皆様のご理解とご協力をお願いします。



(事務局 田中まり子)

コロナウイルスに緑茶のカテキンが予防効果あり？

新型コロナウイルス感染予防には、「茶葉に含まれるカテキンに予防効果があり、感染防止に有効だ。」と、緑茶を飲むことを推奨、活動されている方があります。試されてみませんか。

—カテキンの効果—抗菌作用があるので0-157等の食中毒菌や胃潰瘍や胃がんの原因となるピロリ菌の増殖を抑える予防効果や風邪やインフルエンザに対して抗ウイルス効果等があるとされています。

(事務局 田中まり子)

フレイル…加齢から心身の活力が低下し、健康と要介護の間の状態です。

生活習慣によって健康な状態に戻る可能性があります。

◎ 食量や栄養バランスに注意して低栄養にならない食生活を！！

◎ お口の体操をしましょう！

はじめよう!お口元気レッスン

舌の動きやはたらきがよくなります。食前がおすすめ

舌体操の手順

舌を意識して動かし、2つの体操を続けておこないます。

- 口をあけておこなう舌体操 (それぞれ5回ずつおこなきましょう。)

① 舌をおもいきり出したりひっこめたりする。

② 舌をできるだけ前に出して左右に動かす。

③ 口のまわりをなめるように舌を左右かわるがわるまわす。

④ 舌を出して、鼻のあたみやあごをなめるような感じで、上と下に動かす。

- 口をとじておこなう舌体操 (それぞれ5回ずつおこなきましょう。)

① 舌で上くちびるを押す。

② 舌で下くちびるを押す。

③ 舌で左右のほほを押す。

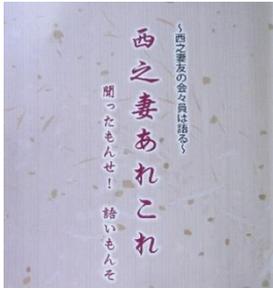
④ 舌を左右かわるがわるまわす。

ここがポイント!

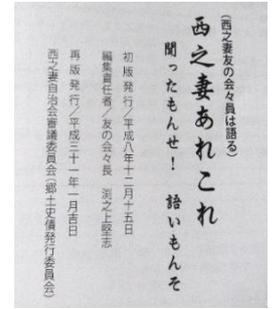
舌体操をはじめる前に、舌の色や形、動きを確認してみましょう。

お口の健康マニュアル(鹿児島県・公益社団法人 鹿児島県歯科医師会)

(健康推進コーディネーター 藤村徳子)



西之妻の先達がこれまで築あげた「歴史」や「伝統」を紐解いた、…西之妻自治会郷土史… ～西之妻友の会々員は語る「西之妻あれこれ～ 聞いたもんせ! 語いもんそ」 から始良校区内の貴重な歴史の一部を紹介します。 … その①



一 西之妻のあゆみ

1 西之妻のおこり

国分市府中に祓戸神社というのがあります。菅原神社と同一場所にあります、今では天神様の方が目立つようですが、この祓戸神社は明治五年以前には守公神社とか守君神社とか言われていました。

奈良・平安時代は大隅国の総社で、国司（今の県知事）が中央から赴任して来た時、国中のお宮を参拝するのが建前でしたが、交通不便な当時としては無理なことでした。そこで、国中のお宮参りの代わりに守公神社を国の総社としてそこにお参りすることにしていたのです。ですから大隅国の役所である「国府」の近くに造られていたのです。

このお宮には多くの神官がおり、領地も若干持っていました。そして、領地内の豪族を当番として輪番に宮勤めをさせていました。農民に奉仕もさせていました。

今からおよそ七〇〇年前（鎌倉時代）の記録に、次のようなのが残っています。（中略）

一 浜殿借屋分役所之事

西妻一間、曾野恒見昼三帖、日隠萱筵一枚、簾一間

このことから、昔から帖佐辺りは、昼や、萱で編んだ筵や葦で編んだ簾を作っていた有名な所だったことがわかりますし、守公神社の西の妻（建物の西側面）の昼や筵や簾を長い～間作り納めた人々が住んでいた所が地名となったと考えられます。これが歴史書に見える西之妻の最初のようなのです。なお、自治会名は「西之妻」ですが、役場の土地台帳の小字（こあざ）名は「西の妻」です。 その②は次号で紹介します。 （総務部 岩下卓夫）

第4回ウォーキング大会を開催！

11月14日好天に恵まれ100名余りの参加のもと、第4回ウォーキング大会（海岸コース）が実施できました。茶工場踏切、塩釜神社の新しいトイレなど、新しい施設もありました。

堤防からは、遠くに霧島連山の硫黄山の噴煙や開聞岳も見ることができました。御門神社や松原地区の塩田の歴史等も知ることができ、楽しい1日になりました。



（健康推進部 立山 洸）

グラウンド・ゴルフ大会を実施！

10月26日（火）思川公園において、健康支援グラウンド・ゴルフ大会を実施しました。コロナ禍で昨年は実施できませんでしたが、今回は感染者も減少して参りましたので実施しました。

当日は快晴で、暖かく、素晴らしい大会になりました。

・参加チーム 24チーム 120名

（団体）優勝 池島町Aチーム 2位 並木東チームA 3位 俵原Aチーム

（個人）優勝 田中正博（山野A） 2位 東節子（始良駅南） 3位 立山 洸（並木東）

（特別賞） 高齢者賞 上之園照美（92歳）



（健康推進部 立山 洸）

芸術作品展を開催！

令和3年度芸術作品展を開催しました。今回も多くの方の応募があり11月1日から11月30日まで、「働く女性の家」の玄関ロビーに展示し、地域の多くの皆さんに観賞していただきました。

来年も多くの皆様にご作品をお寄せいただきますようお願いいたします。



（福祉文化部）

記事を募集しています

始良校区コミュニティでは、年3回「コミュニティだより」を発行しています。

校区内の様々な出来事を幅広くお知らせしていきたいと思っています。「こんなうれしいことがあった」「こんな素晴らしいことがあった」また、元気な高齢者の紹介や児童生徒のがんばる姿も伝えていきたいと思っています。

様々な情報をお寄せください。ご一報くだされば係りが取材にお伺いいたします。

みんなで充実した内容の「校区コミュニティだより」を作っていきましょう。

連絡先 始良市西餅田3311-1（始良市働く女性の家内） 校区コミュニティ協議会事務局

Tel 73-8389（火・木・金） Fax 73-8395

メールアドレス aira-aikomi@po5.synapse.ne.jp