

まちの話題

TOPICS

10/20
~11/24

ローズフェア

レインボーライン山頂公園で、秋咲きのバラがピンクや黄色など色とりどりの花を咲かせ、甘い香りを漂わせていました。

この日(10月27日)は天気も良く、写真のような景色を大勢の人が楽しんでいました。なお係の人によると、来年の元日も早朝よりオープンして初日の出を見ていただく予定だそうです。



10/28

ゲートキーパー養成講座

町の自殺予防対策の一環として、この日役場上中庁舎において町民対象のゲートキーパー養成講座が、福井市の心理相談室アシストの岡本克己先生を講師に開催されました。

この日集まった約30人の参加者は、広報わかさ9月号でも特集した通り、決して自殺は他人事ではなく、この若狭町が「誰れにとっても生きやすい町」になるよう岡本先生の話に熱心に聴いていました。

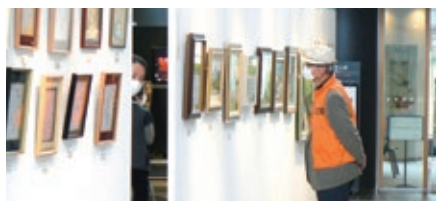
※ゲートキーパー:地域や職場などで悩んでいる人に声をかけ、話を聞き、専門機関で必要な支援が受けられるように勧めたり、その後の様子を見守ったりする人

10/30
~11/1

パレア若狭で開催された「第16回若狭町文化祭」

今年度は、町内の文化活動を継続させたいと「コロナとともにある文化活動」について、町文化協会の役員が打ち合わせを重ね、開催を実現しました。

来場者の迎え方、ステージ進行の方法等、多くの試行錯誤がありましたが「文化祭があったうれしい」との多くの声もあり、例年以上に充実した3日間となりました。



11/6

気山小学校自然観察会

気山小学校の全校児童67人と保護者が、近くのかや田で自然観察会を行い、晴天のもと自然の素晴らしさを体感しました。



児童たちは、水田に入りタモですくうとドジョウ、メダカ、カエル、イモリ、ヤゴ、ゲンゴロウなど、様々な生き物が見つかり、保護者と一緒に夢中で観察していました。また同行した町内の環境団体「ハスプロジェクト推進協議会」のメンバーにより、生き物の名前や特徴などの説明を目を輝かせて聞いていました。



11/9 山内かぶら収穫祭

山内区の女性で組織する「山内かぶらちゃんの会」が伝統野菜「山内かぶら」の収穫祭を行いました。まず、森下町長や9月に種まきを手伝った鳥羽小学校3年生の16人も参加し、雨の中、収穫や洗浄などの出荷作業を体験しました。その後、かぶらを使ったコロッケ、ギョーザ、漬物、混ぜ込みおにぎり、みそ汁などを味わいました。

同会代表の飛永悦子さんは「収穫祭は10年目になりました。日頃からかぶらに力をもらい作業をしています。今後も大切に育て全国にPRし、もっと広めていきたい」と話していました。

11/9 ランチタイムミニコンサートin若狭町役場

役場三方庁舎ロビーでお昼休みの時間を利用したミニコンサートが開催されました。出演はセントラル愛知交響楽団のメンバーで結成された「寺田弦楽四重奏団」と坂井市出身で世界的な指揮者である小松長生氏。小松さんのユーモアを交えたわかりやすい説明とともに、スタジオジブリやディズニー映画等の曲が披露されました。サプライズで小松さんの指揮もあり、観客の皆さんは贅沢なお昼休みのひと時を過ごされていました。



11/13 三方湖体験

三方小学校6年生21人が、総合的学習の一環として鳥浜区の有志団体「クラブバードビーチ」や鳥浜漁業協同組合の協力で、船上から三方湖でうなぎの筒漁やテナガエビの芝漕け漁などを興味津々の様子で見学しました。その後、道の駅三方五湖横の船着場（鳥浜）において、三方湖産の天然うなぎを梅や梨の木の炭で焼き、下吉田の冬水幸福米を使ったどんぶり、浦見川産のしじみと岩屋縄文味噌を使ったみそ汁と地元づくしの食事を味わいました。児童たちは三方湖の恵みを満喫したようでした。



クラブ代表の田辺寛之さん（鳥浜）は「三方湖の素晴らしさを体感してもらい、ふるさとをもっと好きになってもらいたい」と話していました。

11/17 若狭下吉田営農組合が北陸農政局長賞受賞

農林水産省の本年度の「豊かなむらづくり全国表彰事業」で農事組合法人若狭下吉田営農組合が北陸農政局長賞に選ばれ、11月10日金沢市で表彰式が行われました。この日、その受賞報告のため中塚文和組合長が三方庁舎に森下町長を訪ねました。

同組合は、平成19年に集落の農地は集落で守ろうと非農家も含めた全戸参加の営農組織を設立し、平成24年に法人化しました。「冬水田ふゆみずしあわせまいんぼ」に取り組み、独自ブランド「冬水幸福米」として販売されています。

森下町長は「まちづくりの模範として今後も長く継承していった欲しい」と激励しました。中塚組合長は「これまで取り組んできた事が認められて嬉しいです。この受賞を機会に、今後時代とともに新しい考え方を取り入れ活動していきたい」と話しました。



11/18 三方中学校立志式



大正13年(1924年)に現在の若狭町三方で生まれた音楽教師で作曲家の坪田豊治郎さん。その妻である茉莉子さんから、10年前に亡くなった夫の終生ふるさと三方を大切に思っていた遺志を生かしたいと三方中学校に8月に多額の寄付をいただきました。学校では、故坪田さんが音楽で功績を残されたことから、グランドピアノや吹奏楽部にチューバ、ビブラフォンなど、計8点を購入しました。



この日、2年生65人が出席した立志式で、故坪田さんへの思いを胸に吹奏楽部が新しい楽器で坪田さんの作曲した校歌など演奏したり、新しいグランドピアノの伴奏で合唱したりしました。

茉莉子さんには後日この日の映像を送り、お礼をしたそうです。

11/22 きらら朝市



好評だった先月に続き、きらら朝市がきららの湯(中央)前において盛大に開催されました。地元の野菜、干し魚、へしこなどに加え、今月は山内かぶらのコロツケ、餃子、漬物や、若狭高校生の桂田さん(岩屋)が起業した桂田農園より自家製の野菜も加わり、大勢の人で賑わっていました。主催したきららの湯の担当者は「今後も地域連携の一環として続けていきたい」と語っておられました。



おと

大音家文書が国の重要文化財に指定されました!

大音家文書は、若狭町^{みこ}神子の大音家に伝わる鎌倉時代から明治時代までの漁村や流通に関する文書で、9月30日、資料5746通が国の重要文化財に指定されました。

大音家は、近江の伊香郡大音村に鎮座する伊香具神社の神主でしたが、四男神四郎安宗が若狭倉見庄御賀尾浦(神子)へ移住し、神子・常神両浦の開発領主となりました。その後、嘉応元年(1169)10月20日の「御賀尾浦刀禰職安堵状」に見られるように刀禰職を継承しながら、姓を伊香から現在の^{うましもの}大音に改称し現在に至っています。

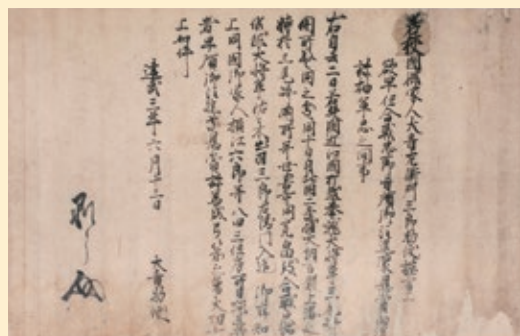
文書のうち、中世文書には、刀禰職・神職の補任、年貢・公事関係のものがあり、荘園領主に対して年貢だけでなく、公事として塩が送られていることが注目されます。これは神子浦が漁労だけでなく、塩焼きなども行う複業的な村落であったことを示しています。また守護武田氏の直轄地になった際には年貢を領主の必要に応じて生鮮海産物を中心とする美物で納められたことがわかります。

また近世文書には漁業関係・年貢・宗門改、油桐(コロビ)栽培などの地方文書があります。漁業関係では、大音家が中世以来の漁場の権利を有していたことから網場の争論に関する文書があります。コロビについては、若狭地方の特産として盛んに栽培していたことがわかります。

以上のように、大音家文書は、中世から続く漁村の歴史や流通の実態を知るうえで重要な漁村史料であり、社会経済史研究上においても極めて貴重な文書群であると評価されました。

所蔵者の^{まさより}大音正和さんより

今回の指定は、代々の当主が大切に守ってきた結果であり、大変うれしく思います。これからも大切に守り、後世に伝えていきたいと思っています。



大音助俊軍忠状写

写真提供/福井県教育委員会
参考文献/『大音家文書目録』福井県教育委員会

11/22 西塚古墳発掘調査現地説明会

国史跡「西塚古墳」(協袋)で10月5日から実施している発掘調査において、北陸最古級とみられる五世紀後半の人形埴輪片や、馬の足や鞍とみられる埴輪片も見つかるなど、約200点の遺物が出土しました。

この日の現地説明会には、町内外から約100人が参加し、興味深く担当者の説明を聞いていました。今後は復元に向けて、3カ年計画で調査を進めていく予定です。

また午後には、歴史文化館(市場)を会場に西塚古墳とその対外交流についての講演が関西大学の入江文敏先生を講師として行われました。



安全で安心な上下水道に向けて Vol.6

冬季の水道メーター検針と給水管の破損について

メーターボックス周りの除雪にご協力ください

冬季は積雪にご注意いただき、メーターボックス周りの適切な除雪にご協力をお願いします。積雪等で検針ができない場合は、前月の使用水量を参考に料金を算定し、その後検針が可能になった月に、実際の使用水量と加減調整することとなります。なお、検針ができない場合、漏水の発見の遅れにも繋がりますのでご注意ください。



漏水にご注意ください

例年、寒波の影響による給水管の凍結を原因とした破損・漏水が発生しております。冷え込みが本格化する前に、露出した屋外配管は布などの保温材の上からビニールテープを巻くなどの防寒対策で凍結を予防してください。

漏水の確認方法

- ① 屋内外の全ての水を止める
- ② メーターボックスを開け、パイロット(銀色のコマ)の回転を確認する
まわっていたら…漏水の可能性あり! すぐに止水栓(メーター横のバルブ)を閉めて、指定工事業者に連絡を!

問い合わせ:建設水道課0770-45-9103



みかた温泉 きららの湯

健康通信

第8回

頻尿・夜間頻尿のツボ療法

頻尿の原因—多い過活動膀胱

日中に8回以上、夜間に2回以上の排尿があれば頻尿(夜間頻尿)と考えられます。頻尿の原因として多いのが過活動膀胱です。

過活動膀胱は膀胱に尿が十分に溜まっていなくても関わらず膀胱が勝手に収縮する状態で、間に合わずに漏れてしまうこともあります(切迫性尿失禁)。患者数800万人の頻度の高い病気です。パーキンソン病など脳の病気で膀胱のコントロールが効かなくなったり前立腺肥大などにより膀胱が過敏になったりして発症しますが、老化現象の一つとしても生じます。過活動膀胱以外にも、腰椎椎間板ヘルニアや直腸・子宮の手術などで膀胱を収縮させる神経が障害されて、膀胱内に尿が残り(残尿)これが頻尿の原因となることもあります。糖尿病や利尿剤の作用などによる水分の多量摂取も頻尿の原因となります。

専門医の受診

頻尿を覚えたら、まずは泌尿器専門医への受診が必要です。全身性あるいは重篤な疾患が頻尿(夜間頻尿)の原因となっている場合があります。「歳のせい」などと軽視してはいけません。

頻尿のセルフケア「骨盤底筋トレーニング」

頻尿や尿失禁へのセルフケアには「骨盤底筋トレーニング」を行います。

- ① 膀胱や子宮をハンモックのように乗せている骨盤底筋を意識しながら、肛門と膣を引き上げるようにイメージしてキューツと締めてください。
- ② そのまま4秒間保ちます(少しずつ長く10秒間できるように)。
- ③ 口からゆっくり息を吐き出しながら徐々に力を抜きます。10回連続を1セットとして1日3セット繰り返してください。テレビを見ながら、家事をしながら、電車に乗っている時、いつでもOKです。

参考: <https://www.whisper.jp/article-top/incontinence-training-for-women/pelvic-floor-muscle-training/>

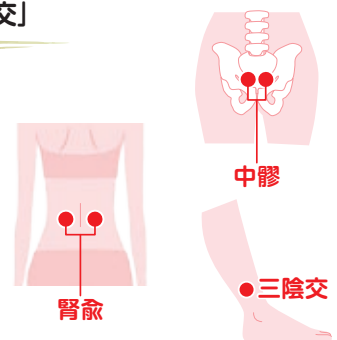
頻尿に対するツボ「腎俞」「中膠」「三陰交」

腎 俞…その高さで背骨から指2本分のところにとります。

中 膠…仙骨の上で左右2列に4つ並ぶ孔(仙骨孔)の3番目のくぼみにとります。

三陰交…下腿の内側、内果(うちくるぶし)から指4本分で脛骨(すね)の骨際にとります。特に女性の頻尿に効果があります。

過活動膀胱に対する鍼治療は膀胱を刺激する神経活動を抑える作用があります。また膀胱容量を増加させて頻尿を改善する働きも報告されています。家庭では、親指でゆっくり押さえたり、温灸で温めたりするのが有効です。1日1回、温灸は1、2仕行います。



きららの湯若狭鍼灸院院長 江川雅人
☎0770-45-1517

「ふたつでひとつ」の
澄んだ歌声がパレア若狭に初登場

山田麗

山田華

山田姉妹 ソプラノデュオコンサート

NHK「うたコン」などで話題の双子ソプラノデュオ「山田姉妹」が歌う
懐かしいメロディーやクラシックの名曲の数々を、
双子ならではの華麗なハーモニーでお楽しみください。

令和3年 3月14日 日 14:00 開演
[13:30 開場]

チケット発売日
令和2年
12月12日 土

パレア若狭 音楽ホール

全席指定 一般 2,000 円

高校生以下 1,000 円

ジュニア招待制度あり(招待制度の席数には限りがあります)

※未就学児入場不可
託児所(有料)をご希望の方は
ご相談ください。
締め切り 2月28日(日)
対象:1歳以上~小学校3年生まで

パレア若狭 受付時間 9:00~18:00 (火曜日を除きます)

プレイガイド ○創楽堂(小浜市) TEL 0770-52-1313
○オーディオ渡辺(敦賀市) TEL 0770-22-3456
※発売初日のみ電話予約での受付は13:00からとなります。
(窓口販売で完売の場合はご了承ください)
※1回の一般販売・予約はお一人様3枚までとさせていただきます。

チケット販売 問い合わせ先 パレア若狭チケットカウンター
福井県三方上中郡若狭町市場18-18 TEL 0770-62-2506
URL <http://parea.town.fukui-wakasa.lg.jp>

program

- ◆ 2つで1つ
 - ◆ 見上げてごらん夜の星を
 - ◆ 浜辺の歌
 - ◆ 夜の女王のアリア
(モーツァルト 歌劇「魔笛」より)
- ※曲目は変更になる可能性があります。



主催 若狭町
後援 福井新聞社
制作 トップシーン