

おおくまの絆



〔特集〕

大熊町ふるさとまつり in いわき



「ステーションプラザ おおくま」



イラスト：早川みどりさん

Contents

- 【特集】
大熊町ふるさとまつり in いわき P2・3
- 梨の実通信 Vol.9 P4・5
- コミュニティ補助金 P6
- おおくまの民話 第3回 P7
- 毎日健康 第13回 P8



大熊町ふるさとまつり



大熊町ふるさとまつり

大熊町ふるさとまつり in いわき



平成28年10月29日、大熊町役場いわき出張所東側駐車場で「大熊町ふるさとまつり in いわき」が開催されました。ステージではお笑い芸人ダンディ坂野さんのライブや谷本健一朗さんによるふれあいコンサート、かわいいワンちゃんたちによるわんわん大サーカス、平商業高等学校フラダンス愛好会の皆さんによるフラダンスショー、町民の皆さんによる芸能発表など、催しが目白押し。来場したみなさんを楽しませてくれました。おおちゃん小法師も応援に駆け付け、会場は大盛り上がりでした。いわき出張所では、文化展が開かれ、町民の力作が紹介されていました。





文化展





梨の実通信

Vol.9



復興支援員が目撃したみなさんの様子♪



9月25日(日)おおくま交流会in柏

千葉県柏市のオークビレッジ柏の葉で「おおくま交流会in柏」を開催しました！千葉県、茨城県にお住まいの大熊町民の皆さんが集まりました。交流会に初参加の方もいらっしゃいました♪

施設内の農園で採れた新鮮野菜など、こだわりの食材を使ったコース料理を味わい、みんなお腹いっぱいになりました(^^)/

11月5日(土)おおくま交流会in鎌倉

神奈川県鎌倉和食 楠の木で「おおくま交流会in鎌倉」を開催しました！今回の交流会は、神奈川を拠点に避難者の方々へ支援活動を行っているNPO法人かながわ避難者と共にあゆむ会さんとの共催となり、神奈川県、東京都、埼玉県にお住まいの大熊町民の皆さんが集まりました。交流会後も参加者同士で鎌倉を散策する姿が見られ、大熊のつながりが広がった交流会となりました！



11月12日(土)おおくま交流会inいわき北部

晴天の土曜日、久之浜・大久ふれあい館で「おおくま交流会inいわき北部」が開催しました。いわき北部方面にお住まいの町民の皆さんが集まり、朝早くから調理室は女性のパワーで活気にあふれていました。熱々の芋煮、みんなで握った大きなおにぎり、ミョウガの入ったお漬物…おいしいものがたくさん！みんなで食べる芋煮は格別です！

昼食を食べながら、いわき北部方面に住んでいる大熊町民同士のつながりについてワイワイと活発に意見が交わされていました。

私たちがお手伝いします！
こちらまでご連絡ください！

福島県いわき市好間工業団地1-43
大熊町役場いわき出張所2階

TEL:0246-88-9317
Email:iwaki@town-okuma.jp





こんにちは、大熊町復興支援員コミュニティ担当です！
3年目を迎えた大熊町復興支援員事業(コミュニティ支援)では、平成28年4月に関東事務所といわき事務所を統合し、“大熊町コミュニティ支援広域事務所”を大熊町役場いわき出張所内に開設しました。

：福島県内、および関東地方を含む全国各地で避難
：生活を送る町民のみなさんがふるさとの絆を確か
：めることができるよう、町役場出張所や東京にある
：本事業受託団体の事務所を拠点に、引き続き活動し
：てまいります。町民同士のつながりの場をつくりた
：い！大熊町で取り組んでいた活動を復活させたい！
：い！など、皆さんの声を聞かせてください！

11月26日(土)おおくま交流会in宇都宮

秋晴れの中、道の駅うつのみやろまんちっく村で「おおくま交流会in宇都宮」を開催しました。ろまんちっく村内にある「麦の楽園」でおいしい特製グリルランチを食べながら、栃木県内の秋の観光スポットや自分たちの趣味に関する話が盛り上がり、「今年、みんなで集まって手芸教室をやってみようか！」なんて声も上がっていました(^^)交流会後は道の駅内にあるお店でお買い物をしたり、みんなで楽しい時間を過ごすことができました！



12月3日(土) おおくま望年会 in 品川

東京都のアリス・アクアガーデン・品川で「おおくま望年会in品川」を開催しました！大熊町の皆さん36世帯57名にご参加いただき、総勢73名の大望年会でした(^^)！クリスマスの飾りつけを行ったり、サンタの帽子を被ったりと、クリスマスパーティーのようなワイワイにぎやかな会に♪久しぶりの再会に抱き合う姿や連絡先を交換し合う姿が見られました！

今年の望年会は、町民の協力者5名の皆さんが企画の段階から当日の運営まで関わってくださり、一緒に楽しい会をつくることができました！「楽しかった～！」「大成功だ！」という声もあがり、おおくまのつながりがさらに広がり、笑顔あふれる望年会となりました(*^^*)★

コミュニティ補助金の いろいろな活用方法、ご紹介します!



コミュニティ補助金って
なんだろう?



同じ地域に避難している町民同士が、自分たちの生活を向上させるために、自ら避難町民同士のコミュニティを立ち上げ、運営していく団体に支給される補助金です。(最大で年額24~48万円まで補助されます(コミュニティ構成人数10人以上より))
実際に使用されている用途は皆が集まるための場所およびお茶代・季節毎の集まりに対する一部補助などです。

〈フレンドリー東北〉昼食懇談会

フレンドリー東北は、仙台に集える大熊町民のコミュニティ♪10月1日には「かに本家仙台店」で昼食懇談会が行われました♪



〈大熊町いわき会〉

楽しく脳トレ&ほっき飯で昼食!

大熊町いわき会は11月4日にいわき市泉公民館でイベントを開催しました!大きなホッキ貝のついた美味しいほっき飯と、ほっかほかの豚汁をみんなでいただきました♪

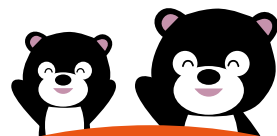


〈もみの木〉

スパリゾートあぶくま日帰り温泉&昼食会♪

もみの木は、白河周辺に集える大熊町民のコミュニティ♪
12月10日にはスパリゾートあぶくまで昼食懇談会が行われ27名の方が集合!!代表の深代さんが大型バスを運転し、皆さんの送迎をしてくれました^^

コミュニティ団体は県内外に住んでいる大熊町民の
交流の場として運営されています。



近くにお住まいの
大熊町民の方同士での交流に
ぜひ活用ください!

■コミュニティの立ち上げ、
活動に関する問い合わせ
大熊町コミュニティ支援広域事務所
TEL.0246-88-9317

■コミュニティ補助金に関する問い合わせ
大熊町役場生活支援課
TEL.0120-26-3844(代表)

おぼくまの民話

第三回

板付観音物語

むかし。

川内村と田村市との境さ海拔三千七百余尺の大滝根山と云う高峰があった。

山頂さは古くから峯霊神社が祀られていて、阿武隈山脈で一番高えこの山は山嶺信仰の霊場になっていった。

春は山一面に山つつじの花が咲き、秋はとうだんつつじが真っ赤に紅葉して、ほれはほれは眺めのいいところだった。

この山の南がわの中腹さ大きな岩穴があった。ほれは「達谷窟」とか「鬼穴」と呼ばちちえいだ。

それにはこんな話があったんだ。

「むかしな、鬼穴と云うところさ、悪路王と云う悪者の親分がいで、このあたり荒らし回っていった。ところが、坂上田村麻呂と云う偉い大将が、討伐に来て、標葉郡の司さまの館さ泊まってから、長沢の田隠山の道



を毛戸さ向かって進んだんだ。山田の観音様もその時、田村麻呂が建てたもんだし、飛付観音様も、あそこに田村麻呂の軍が露営した時に建てたんだ。うそだと思つたら、あそこさ行ってみろ、観音様の後ろの崖さ田村麻呂の乗った馬の蹄跡が残ってあつかから」

「田村麻呂の一行が、鹿が峯を立て、長沢を登って万蔵が池で休んでなあ、あと一息で田隠山さ着くという所で、いきなり何かさたまげだ田村麻呂の馬が脚踏み外して、あれよあれよという間に熊笹の崖を滑り落ちて、ヒーンと悲しそうに一声嘶いだっきり、死にしまったぞつた」

「あなたが板付観音さ行ってみたごどあつ

か？ 田村麻呂の馬が死んでからどうもこの、馬を引いてあそこを通つと、遙かな谷底から悲しげな馬の嘶きが聞っこえてきてな、引き馬が吸い込まれるように崖から転げ落ちて死んじまうんだ。ほんなごがたんびたんびあつたもんだがら、里の者はみんなで話し合つて、観世音様を祀つて馬たちの霊を慰めだごどだ」

など、言い伝えられで来たんだ。

里の人らが板付観音と呼んで祀つてきたこの観音様は、今も標高五百メートルもある山道の一丈余の切り立った自然の岩石さ「馬頭観音供養塔」と文字が刻まれて建つていで、苔むしている碑さは「大同元年、十一月吉日」と刻まれているんだ。

今となつては通る人もいねえぐなつたこの会津街道さ、何百年も前から鎮座していで、そばさは参詣清水がこんこんと湧いでいで絶えることはねえがったごどだ。

ほつして、

「今は無くなつたが、もとは参詣清水の手前の桜窪と云うところさ、一の鳥居があつて通る人はお参りしていったもんだよ」

古者はごつ付け加えたんだ。

おしまい

第13回▶脳卒中(脳血管障害)

冬は脳卒中が起こりやすくなることをご存じですか？介護が必要になる要因第1位、要介護者の約2割が脳卒中を患っています。これからの季節に気を付けたい、脳卒中についてお伝えします。



デイサービスときめき倶楽部
作業療法士
佐藤 鮎美 先生

■脳卒中・脳出血・脳梗塞は違う？

まず、脳卒中は脳血管障害を総称した名前です。その中で大きく2つに分類することができ、脳出血は脳にある血管が切れ出血した状態、脳梗塞は脳にある血管が詰まり血流が滞った状態です。

■脳出血・脳梗塞が起こりやすい人って？

脳出血の最大の要因は高血圧です。特に入浴(熱いお湯や長湯)・トイレで力む・飲酒・喫煙などにより、更に血圧が上昇した場合に発症することが多いです。

脳梗塞の要因は、高血圧や脂質異常症(高コレステロール症)、糖尿病、喫煙等です。血管が硬く・細くなることで血管が詰まりやすい状態にあります。

■季節によって脳出血・脳梗塞の発症率が変わる？

脳卒中の発症率は、特に冬が高くなっています。

中でも冬に多いのが脳出血です。寒さにより血管の収縮が強くなり血圧が上昇することや、室内・外の寒暖差により血管の拡張や収縮を繰り返すことで、血管への負担が強くなり血管が切れやすくなります。

脳梗塞の発症率が高いのは夏です。しかし、次に注意しなければならないのが冬です。汗をかかなくなることで水分補給をすることが減り、脱水症になることが多く見られます。体内の水分が減少することで、血液がドロドロになり脳梗塞を起こしやすくなります。また、忘・新年会等により飲酒や塩分の多い食事が増えることで、脱水症や高血圧を引き起こすこともあります。

■発症の前ぶれはある？

残念ながら脳出血は、突然発症することが多いです。そのため、1日30分程度少し強め(脈拍100~120回/分程度の早歩きやジョギング等)の運動を行うことや塩辛い食事を控えるなど、日頃から高血圧にならないような生活習慣を心掛けることが大切になります。

脳梗塞は、一過性脳虚血発作という脳梗塞の症状と同じ状態が数分間だけ現れる発作が起こることがあります。この発作後、数日中に脳梗塞を発症することが多いと言われています。すぐに症状が落ち着いてしまうため疲労や不眠などを理由に自己解決してしまう方が多いようですが、早急に脳神経外科を受診する必要があります。また、症状が無い脳梗塞(かくれ脳梗塞)を発症した方は、数年以内に再度脳梗塞を発症することが多く、次に起こる脳梗塞が必ずしも無症状で済むとは限りません。

脳出血・脳梗塞ともに早めの対応が大切です。発症から治療開始までの時間により、発症後の病状の見通しが大きく左右されます。

脳卒中や一過性脳虚血発作で起こりやすい症状

- 急な頭痛に伴う吐き気
 - ひどい目まがいやけいれん
 - 意識消失・もろもろ
 - ろれつが回らない
 - 箸を落とす
 - うまく歩けない
 - 言葉が理解できない
 - うまく伝えられない
 - 片目や視界の半分が見えにくくなる
 - 左右半身の感覚がおかしい
 - 左右半身の力が入らない
- *少しでも異変を感じたら、早急に脳神経外科を受診してください。



運動や生活方法についてお気軽にご相談ください

デイサービスときめき倶楽部

〒971-8101 いわき市小名浜字大原境西166-1
TEL 0246-88-9992 FAX 0246-88-9994

受付時間▶午前8:30~12:00 午後1:00~5:00 定休日▶土日休業(祝日は営業します)

みんなのおもいをつなげる大熊町コミュニケーション誌

おおくまの絆

2017年1月発行

発行 大熊町

大熊町役場 会津若松出張所

〒965-0873 福島県会津若松市追手町2番41号 (会津若松市役所 追手町第二庁舎内)

フリーダイヤル 0120-26-3844 代表(8時30分~17時15分) FAX 0242-26-3794

E-mail okuma@town.okuma.fukushima.jp

ホームページ http://www.town.okuma.fukushima.jp/