

“めざそう笑顔のまちづくり”

# とんぼんまはつと

3月号

平成27年3月1日

発行 NO.101

三本木まちづくり協議会

「地域のことを 地域みんなで考え 地域みんなで解決していくために」



## 元気にあくあく! 子育てすくすくサロン

1月のすくすくサロンでは園庭に出たり、センター内で遊具を使ったりして親子で楽しく体を動かしました。

子育て支援センターでは、核家族と少子化の進行の中で孤立したり、子育てに不安や負担を感じる子育て中の親と、その家族が安心して子育てができ子どもが健やかに育つよう、育児支援を行っています。子育てで悩んでるパパ、ママ、ご家族の方々、ひとりで悩まずまずは、相談してみましょう。

### ◆事業内容

- 育児不安などの相談（電話・来所・訪問）
- 子育てサークル活動（年齢別、地区など）
- 子育てサークルなどの育成・支援
- 育児講座
- 地域の子育て関連情報の提供

三本木子育て支援センター（ひまわり園内）

☎52-2529



どうしたの なにもいってないのに きいてくる  
大切にしよう 心と心の 糸電話

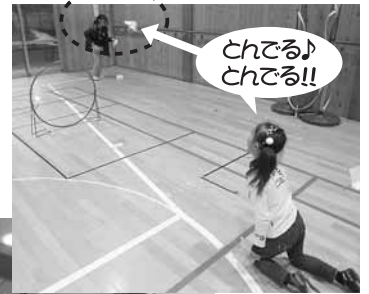
青少年のための大崎市民三本木会議



## 子育て支援センター 1月のすくすくサロン



1月22日(木)、当館長による折り紙教室「よく飛ぶ紙ヒコーキ作り」を開催しました。飛ばし方のコツを伝授してもらい滞空時間を競いあったり、輪くぐり飛ばしにチャレンジするなど、ホールいっぱいに紙ヒコーキと歓声が上がりました。小さな紙ひこうき・・・どんな夢をのせるのかな。子供の夢は無限大。



## 児童交流センター 紙ひこうきに夢のせて・・・



## ひまわり園

ひまわり園では、いろいろな状況を想定した避難訓練を、毎月実施しています。1月は、24日(土)の保育参観の時に行われました。子どもたちが、より真剣に避難訓練に参加できるように、身近にひそむ地震の危険を教え、訓練の大切さを学びました。

### 【子どもの安全】

各地で「防災訓練」が行われていますね。でも、学校の防災訓練って必ず授業中！。だから先生がきちんと避難経路も指示してくれるし、点呼だってすぐできちゃう…。これってホントに訓練になっているの？そこで、お家で一人のときに地震がきたら子ども版「地震がおきたときどうする？」を考えてみました。

#### 部屋にいたら

●すぐに机やベッドの下にもぐろう。棚から本などが落ちてくることがあるので、ざぶとんなどで頭を守ろう。

#### 寝ていたら

●まくらをかかえてふとんやベッドの下にもぐり、まくらで頭を守ろう。近くに倒れそうな家具があるなら、まくらで頭を守りながら安全な場所に移動する。

#### 台所にいたら

●ゆれが小さいときはすぐに火を消して、テーブルの下にもぐろう。ゆれが大きいときは、すぐにテーブルにもぐりゆれがおさまってから火を消そう。

#### お風呂にいたら

●お風呂は安全な場所だからあわてて外に飛び出さない。ドアを少し開けて、逃げ道を作っておこう。服を着て、いつでも逃げ出せるように準備しよう。

#### トイレにいたら

●トイレも比較的安全な場所だからあわてて外に飛び出さない。  
●ドアを少し開けて、手で頭を守りながらゆれがおさまるのを待とう。



1月24日(土)、保育参観と『自分を知って楽しい子育て』と題した講演会が開かれました。



●広報さんぼんぎねっとホームページ アドレス：<http://sunnet-oosaki2014.jimdo.com/>  
※2006年、発行第1号からのさんぼんぎねっとがダウンロードできます。ちょっと昔へタイムスリップしてみてください。

## 南新町区新年祝賀会

1月17日(土)午後5時より区民新年祝賀会が開催されました。千葉区長と佐々木三本木総合支所長の年頭の挨拶のあと、今年一年の健康と幸福を祈念して50名の区民一同が声高々に乾杯しました。



## 図書まつり開催のお知らせ

3月7日(土)三本木学習センターにて「図書まつり」を開催します。事前の申し込みは要りません、だれでもお気軽にご参加ください。

### ●お話しの森

時間：10:00～11:30

虹の会のみなさんによる紙芝居などの読み聞かせ

### ●わくわく工作タイム

時間：9:30～12:00

今回は「妖怪ウォッチ」のキャラクターを作る折り紙教室です。

### ●本のリサイクル市

時間：9:30～16:30

オレンジページ、コットンクラブなど保管期間が切れた雑誌をおひとりさま5冊まで無料で差し上げます。

開催日：3月7日(土)

場所：三本木学習センター

※三本木学習センターは午前9:00～午後9:00まで開館しています。

事前申し込み等は要りませんのでお気軽にお立寄りください。

また、小会議、打合せ、教室等に利用できる和室と部屋もありますので(使用には事前申し込みが必要) ご活用ください。

詳しくは 三本木学習センター ☎52-5211まで



昨年のおりがみ教室の様子



昨年は手話もありました

### 協賛広告

## 三本木小学校指定運動着販売のご案内

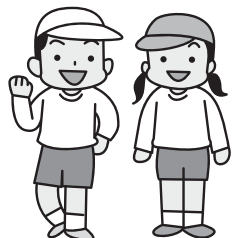
Yショップいとう三本木店では、三本木小学校の指定運動着を販売しております。

### ◎お得情報その1

長袖運動着上下(2着)+半そで運動着上下(2着)  
4着セットお買上げで赤白運動帽プレゼント

### ◎お得情報その2

お買上げ金額に応じて三本木スタンプを差し上げます。



例：新一年生用(120サイズ)

長そで上下+半そで上下=¥7,886  
(4着合計の金額)

1点ずつの販売も承っております。

※詳しくは、店頭ちらしをご覧ください。



## Yショップいとう三本木店

三本木北町74 ☎52-3034

営業時間 AM7:00～PM9:00 年中無休

## スキー教室



2月7日(土)、8日(日) 鬼首スキー場を会場として、三本木スキー協会主催によるスキー教室が開催されました。初日は30名、二日目は26名の子どもたちが、初級・中級・上級に分かれて指導を受けました。両日、協会から9名、三本木公民館から1名が、引率し指導にあたりました。

三本木スキー協会は、昭和50年に発足。スキーの楽しさを体験してもらい、安全で正しいスキーヤーの育成に貢献してきました。

スキー教室は、参加者と協会会員、公民館職員と一緒に公民館バスで出発、夕方三本木へと戻ってきます。毎年開催されていますので、詳しくは、三本木公民館までお問い合わせください。

# 子どもは風の子! 元気にスイ〜♪



## 俳句

クリスマスローズの蕊しぼの淡きかけ

浅川 よし子

蜜柑剥くその手にしわのありにけり

西塚 好夫

荒波の川面に鴨の抗あらがひて

阿部 和子

斑雪はたけゆき小山のままに残りをり

飯田 順子

蠟梅ろうばいや川風頬をさして過ぎ

佐藤 邦子

## 短歌



立春の今日の陽射しのおだやかさ

伊藤 ふみ子

黄なる唐梅ふふみ初めて

佐々木 和子

ささめ雪日かな降り積む路地先に

野球子の声が聴こえる公園の

道にカモンカ立ち止まりおり

手代木 亮一

友ひとり空席のある短歌会

阿部 郁子

彼女は今頃何をしつるか

真っ黒なクロスケ赤い首輪つけ

鈴木 真子

## 三本木まちづくり協議会だより

2月6日(金)午後6時より大崎市松山青少年交流館を会場に「三松鹿地域づくり・人づくり研修会」が開催されました。三本木まち協からは6名が参加、講師に高崎経済大学地域政策学部の櫻井常矢教授を迎え、「地域づくりと後継者(担い手)育成」について講話をいただき、研修会後半でワークショップを行いました。



### ● 櫻井常矢 講師プロフィール

高崎経済大学 地域政策学部地域づくり学科教授  
山形県出身

地域づくりのプロセスに市民主体の調査・学習活動やワークショップ活動、NPOの事業活動を介在させた社会実験を全国各地で展開。徹底した現場主義。住民ワークショップや学習会を重ねながら、地域の課題や魅力を発掘し再生への道筋を描く。

- ・大崎市政策アドバイザー
- ・東松島市復興まちづくり計画市民委員会委員長
- ・仙台市震災復興検討会議委員
- ・内閣官房・総務省地域経営塾講師などで活躍中

### 【研修レポート】

高齢化とともに、後継者(担い手)不足に苦勞しているのは、家庭ばかりのことではなく地域でも重要な課題です。青年団、婦人会、子供会など昔はこれらを通して地区内でのコミュニケーションが図られていました。しかし昨今の少子化から、子供会が消滅した地区もあり青年団のメンバーも集まらない、婦人会は老人会化するという現状を嘆いてはいても、じゃあどうすると言うとなかなか答えが出ません。たとえば、夏休みのラジオ体操。毎朝集まって一緒に体操することを通して上級生下級生、子供同士のコミュニケーションが生まれ、親同士の交流の場にも一役かっていたはず。青年団は地区の若手、担い手、後継者間の交流と悩み相談、呑んで話して意見交換し家族や地域を大切に思う気持ちを育てていたのではなかったでしょうか。

核家族化が進み、共働きではなかなか時間がとれない。今までのやり方を突き進んだところで如何せん、人材がない。困った困ったと無理やり誰かに役に押し付けても形だけのものとなり、肝心なことがおざなりとなってしまっているのではないのでしょうか。

今回の講話から感じたことは、現在の生活スタイルにあった「後継者(担い手)を育てるしくみ」づくりを考え実行していくことが、今後のまちづくり協議会の一番の課題であり仕事なのではないかということです。イベントを開催し地域を盛り上げることは、活気づくという点ではそれも有りかと思いますが、住民の多くのみなさんの協力をいただくことが難しい今、同じ人がいつも苦勞しているのが現状です。このことを考えると地味でも地域の担い手育成にこそ力を注いでいくことが大切なことではないだろうか・・・これは、私個人の思いではありますが、櫻井先生の講話で多くを感じた研修会になりました。

三本木まちづくり協議会 副会長 本田 恭子

協賛広告

# もしもの時 24時間病院・自宅へ 即 お伺い致します

## 家族葬プラン 138,000円から

### 密葬プラン 98,000円から

充実した設備を納得のいく安心価格で御家族の希望に添ったプランをお選びいただけます。

#### 含まれるもの

祭壇・小物一式  
遺影写真  
棺一式  
外飾り一式  
祭壇横生花  
司会進行スタッフ  
納棺

通常料金

友の会

シンプル家族葬	25万円 ▶	20万円
スタンダード家族葬	35万円 ▶	30万円
スタンダード一般葬A	50万円 ▶	40万円
スタンダード一般葬B	60万円 ▶	50万円
スタンダード一般葬C	80万円 ▶	65万円

もしもの時心強い、安心と真心のサービスでお応えします。

会員募集

## 儀典社「友の会」

※只今キャンペーンにつき入会金3,000円

会員特典

※年会費、月々の掛け金は一切ございません。

- 1 マイクロバス無料
- 2 納棺(着付け、化粧)無料  
※50万円コースのみ適用となります。
- 3 儀典社会館  
使用料無料
- 4 葬儀フロアの司会スタッフ  
がお手伝いいたします。
- 5 同居のご家族も永久会員。
- 6 年回忌・法要の  
会館使用料無料

会員特典

- ① 生花/仏具 10%引き
- ② 御遺体搬送  
・祭壇割引20%引き
- ③ 花環・祭壇福祉割引 25%引き  
(障害者手帳有)
- ④ 祭壇長寿特別割引 30%引き  
(80歳以上)
- ⑤ 仏壇 40%引き

## 有限会社 儀典社

〒989-6321 宮城県大崎市三本木字西沢2-5  
TEL 0229-52-2401 FAX 0229-52-2706

# セントひまわりプロジェクト～被災地支援活動～

2月11日(水・祝)、三本木まちづくり協議会では、平成23年度から活動を行っているセントひまわりプロジェクトとして、石巻市大原浜地区に明治から伝わる伝統的なお祭りの「御神木祭」へ協力をしてきました。

今回はひまわり園児・小学生を含めた親子、青年会議参加者、すいせん植え隊など32名の参加者で御神木を積んだ山車を元気いっぱい引き、仮設住宅や地域内を練り歩き、お祭りを盛り上げてきました。また、すいせん植え隊が大事に育てたパンジーもプレゼントしてきました。

大原浜地区は、最盛期には400人が住み、祭りに参加していましたが、人口減少が進み、震災前には200人、震災後には何と80人になってしまい、地区の方だけの開催は難しいものとなっている現状があります。そのため、大原浜の石森行政区長さんは、「三本木の方には夏の神輿祭りと冬の御神木祭に参加してもらって、力強い。また、三本木といえば「花のプレゼント」と地域でも定着しています。本当に感謝しています。」と話されていました。

直会(なおりい)では民謡保存会の今野俊弘さんをはじめとした4名の方が、自慢の喉と尺八の演奏を披露し、楽しい会に花を添えてきました。



昔は網元の漁師が海に入って奪い合ったそうです。



“ナメロー・カメロー”  
本来は独身男性が参加して、数珠を掛けられた人に幸せが訪れるそうです。自分から掛けられに行くのは御法度なので逃げます！



民謡保存会の皆さん。  
左から今野俊弘さん、伊東慶次さん、  
内海二美枝さん、早坂雅子さん。

## 三本木地域運動会実行委員会委員の募集について

三本木まちづくり協議会の各部会員などで構成された検討委員会で、三本木地域の運動会開催について話し合った結果、合併後地域民が一堂に会する機会が少なくなったことへの解決策と、地域民の健康増進を図ることを目的として、運動会を開催することが決定となりました。

今後、三本木地域運動会実行委員会を立ち上げ、運動会のプログラムや運営等に関し、話し合いながら決定していくこととなります。つきましては、三本木地域らしい運動会、地域が団結した素晴らしい運動会を地域全体でつくりあげていきたいと思っておりますので、実行委員を下記により募集します。多くの応募をお待ちしております。

- ◆運動会開催(予定)日 平成27年10月11日(日)
- ◆応募期限 3月18日(水) (郵送の場合は必着)
- ◆応募資格 三本木地域に在住の方
- ◆応募方法 氏名、年齢、住所、電話番号を記入し、郵送、FAX、Eメール、持参のいずれかの方法で申込み下さい。(任意様式)
- ◆問合せ・申込み先 三本木総合支所地域振興課 〒989-6321 大崎市三本木字大豆坂24-3  
☎52-2111 FAX 52-5840 E-mail s-chiki@city.osaki.miyagi.jp
- ◆主催：三本木まちづくり協議会・大崎市体育協会三本木支部・三本木地域行政区長会



# - Since 1946 - 株式会社オイデック

## ～(株)オイデック不動産部では三本木の空き物件を募集しております～

僕がまだ小さかった今から約 25 年前ごろ、三本木中学校は学年で 4 ～ 5 クラスほどありました。当時の野球部は 40 名弱、下校時には元気いっぱいな子供達の大きな笑い声が、町中で飛び交っていました。しかし今の三本木中学校は学年で 2 ～ 3 クラス、しかも今は少人数体制のクラス分けだから、実際にはもっと少なくなっているかと思います。僕の同級生や先輩・後輩達は、その多くが故郷を離れ、仙台や東京、関西方面など遠い所で各々大活躍しています。反面、三本木からは子育て世代の人口がどんどん流出し、昔と比べ町の活気が失われているように感じます。地元に残った者としては寂しい限りです。

「活気ある三本木を昔のように取り戻したい」「育てていただいた地元へ少しでも恩返しをしたい」そんな想いを形にするため、オイデックでは昨年、不動産事業部を立ち上げました。現在は三本木の人口減少を防ぐため、空き家物件の募集に力を入れております。例えば他の地域から子育て世代のご夫婦などが、三本木の遊んでいる空き物件を活用して住んでいただけるならば、地域内の定住人口が増え、子供達も増え、その結果、活気ある地域になれるのではと考えております。

僕が大好きな言葉で、オイデックの経営理念にも掲げている「三方よし」という言葉があります。「客よし、店よし、世間よしで三方よし」という言葉です。お客さんも、お店も、そして地域も良くなれば「社会のみんなハッピー」という考え方で、日本の歴史上活躍した近江商人の教えだそうです。近年「勝ち組・負け組」などの言葉が一人歩きし、どこか「自分さえよければそれでいい」という自己中心的な考えが、日本中を席卷しているように感じています。ズルしようが、人をだまそうが、勝てば全てが優れているかのような、自己の利益やメリットのみを、優先的に価値観の基準にしてしまう「欧米型金融至上主義」のような風潮は、古来から伝わる「和の文化」や「支え合いの精神」といった、日本人が大切にすべきものを失っている気がします。

三本木のまちづくりはこれからもずっと、子や孫やひ孫の代まで永遠に続きます。「自分さえよければそれでいい」から、「あなたも良い、私も良い、三本木も良い」の三方よしになれるならば、三本木に住むみんなが笑顔で、未来への希望に満ちた、活気あふれる、そんな「善と笑顔が巡還する」素敵な三本木地域になれるかも知れません。微力ですが私たちにそのお手伝いをさせて下さい。三方良しのまちづくり精神で、三本木地域発展のため誠心誠意がんばります。

文責：株式会社オイデック 専務取締役 尾出恵一（37 才）

尾出利男



不動産の売買仲介、賃貸管理、住まいのリフォームなら  
株式会社オイデックの専門スタッフにおまかせ下さい



専務取締役  
尾出恵一



**OIDEK**  
株式会社オイデック

**本社**

〒989-6322 大崎市三本木南谷地照野越72-1  
TEL:0229-52-5100

オイデック | 検索 | <http://www.oidek.co.jp/>





---



**OIDEK**  
株式会社オイデック

**大崎市 古川店**

☎0120-510-549

〒989-6163 大崎市古川台町4-30  
○定休日 / 日曜・祝日







## 健康豆知識 ～夜遅い食事が太りやすい理由～


「そんなに食べてないのに、太りやすい」と言うあなた、遅い時間に食事を摂ったりしていませんか？  
 私たちの体には、体内を24時間の生体内リズムに調整する機能があります。これを調整する因子がエネルギーの収支に深く関係しています。  
 調整因子の働きで、主に日中は食事の糖質からエネルギーを産出し、一方、睡眠時は、食事補給がないことを前提に、蓄えている脂肪でエネルギーを産出しています。調節因子の1つ、脂肪の合成、蓄積に関与する「BMA L 1 (ビーマルワン)」という蛋白質は、夜10時頃から深夜にかけて昼間の20倍に分泌量が増えることが報告されています。  
 つまり、BMA L 1が増える時間帯の食事は、糖質がエネルギーとして使われにくく、脂肪が蓄えられやすい(太りやすい) こととなります。

★夕食の時間だけにこだわらず、1日の食事全体、生活全体から総合的に捉えましょう。  
 ●帰宅が遅い場合、夕方におにぎりや調理パンで補食しておいて、帰宅後は味噌汁やサラダ等野菜を中心としたメニューを軽く食べましょう。(ご飯を控えましょう。)  
 ※夕方に補食し、帰宅後もいつもと同じように食べると総カロリーが増加する可能性がある所以要注意！！

## 平成27年度「おおさき市民健診」のお知らせ

世帯ごとの申込書を1月末に郵送しています。  
 ↓  
 メ切は過ぎましたが、まだ間に合いますので、返信用ハガキでお申し込みください。  
 (市民福祉課でも回収します。)  
 ※全世界帯が提出の対象となります。

受けない検診に  
 ○をするか  
 受けない理由を  
 書いて送ってね




おおさき市民健診 申し込み お問い合わせは **三本木総合支所市民福祉課 0229-52-2114**

## 『三本木地域ペタンク大会』参加者募集

◆日時 3月29日(日) 午前9時～12時  
 ◆場所 大崎市三本木総合体育館  
 ◆参加対象 三本木地域内市民 (1チーム3名) 親子、お友達など3名集まれば参加できますよ！  
 ◆参加料 無料  
 ◆申込受付 三本木総合支所、三本木総合体育館、三本木公民館に設置する、申込用紙に必要事項を記入して提出願います。【締切：3月20日(金)】  
 ◆主催 大崎市スポーツ推進委員協議会三本木支部  
 ◆問合せ先 三本木公民館 ☎52-5852  
 ※上位入賞者には、豪華賞品を準備しております。

## 第28回 ラブリバー大作戦のお知らせ


3月22日(日)は、河川愛護と水防意識の高揚を目的に「ラブリバー大作戦」を実施します。  
 地域のみならず、機械などによるケガや、川への転落事故等が無いように、十分注意してご協力をお願いします。



◆日時 3月22日(日) 午前8時～午前10時  
 ◆作業場所 行政区長に確認をお願いします。  
 ◆持参する物 ゴミ拾い用具・草刈機等  
 ◆問合せ先 三本木総合支所地域振興課 ☎52-2112

## 『おすすめ野菜レシピ集“第7集”』発刊のお知らせ


三本木地域の保健推進員と食生活改善推進員の共同作品「おすすめ野菜レシピ集」が完成しました。  
 第7集となる今年度は、「サラダ」「主菜となりうる野菜料理」「炒める・和える」「煮る・鍋物」「汁物・スープ」の5つに分けて掲載しています。また、初めてカラー印刷を取り入れ、より見やすいレシピ集になりました。  
 推進員の豊かなアイデアいっぱいのレシピ集を、ご家庭での野菜摂取量増加のヒントとして活用していただければ幸いです。詳しくは下記にお問い合わせください。在庫がなくなり次第配布は終了とさせていただきます。



◆問合せ先  
 ●各地区保健推進員もしくは食生活改善推進員  
 ●三本木総合支所市民福祉課 健康増進担当 ☎52-2114

## 犬の放し飼いは止めましょう

散歩の時は必ず引き綱(リード)をつけて犬を制御できる方が散歩させるようにしましょう。  
 犬が怖い人も嫌いな人も、安心して暮らせるよう、放し飼いは止めましょう。



◆問合せ先 三本木総合支所地域振興課 ☎52-2111

## 休日・夜間診療案内

休日当番医・歯科医及び休日夜間急患センター等の休日や夜間において受診可能な医療機関の情報を提供しています。(通常診療時間内については医療機関名等をお知らせしていません。)  
 ◆連絡先：大崎医療圏 ☎0229-24-2267  
 ◆携帯電話からも確認できます。 <http://www.city.osaki.miyagi.jp/m/>

## 三本木地域のミニ統計

平成27年2月1日現在  
 人口 8,187人 (△9)  
 男 4,049人  
 女 4,138人  
 世帯数 2,656戸 (△5)  
 ( )は前月との比較

## ごみ収集カレンダー

(種別)	(回収日)	
もやせるゴミ	毎週(月・木)	祝祭日も回収します
もやせないゴミ・資源物(リサイクル)	第1・第3(火)	
プラスチック製容器包装	第1・第3(火) ※新町、南新町区は月4回(第1～第4)	

**三本木まちづくり協議会**  
 〒989-6321 宮城県大崎市三本木字大豆坂24-3  
 お問い合わせは さんぼんぎねっと編集委員会まで(三本木総合支所地域振興課内)  
 電話 0229-52-2111 FAX 0229-52-5840 HPアドレス：<http://sunnet-oosaki2014.jimdo.com/>

「さんぼんぎねっと」は毎月月初めに発行