

“めざそう笑顔のまちづくり”

# とんぼんまわると

11月号

平成30年11月1日

発行 NO.142

三本木まちづくり協議会

発行責任者 会長 本田恭子

「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」

やさしさで みんなをつつむ

## 地域の手

三中キャリアセミナー 2018



「育てよう ともだちおもう やさしさを」

「その笑顔 心のとびら 開くかぎ」

青少年のための大崎市民三本木会議





# 三本木 11月の予定

※ひま：ひまわり園 支：子育て支援センター 児：児童交流センター  
小：三本木小学校 中：三本木中学校学



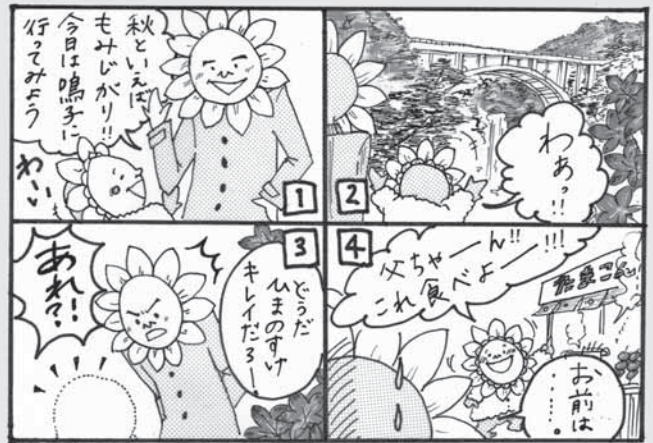
1	木	ひま：やきいも会 小：持久走大会
2	金	支：すくすくサロン (0)
3	土	文化の日
4	日	三本木文化祭
5	月	ひまわりっ子クラブ ひま：ほなみ園との交流会 (5歳)
6	火	ひま：避難訓練、就学時健康診断
7	水	
8	木	支：なかよし広場「親子リトミック」
9	金	ひま：防火のつどい
10	土	
11	日	
12	月	ひまわりっ子クラブ ひま：防災のつどい (5歳)
13	火	中：引き渡し訓練 支：すくすくサロン (1)
14	水	小：みつば祭り ひま：保育参加 (3~5歳)
15	木	中：2学期期末テスト (~16日) 支：子育て講座「救命救急」 ひま：ほなみ園との交流会 (5歳)
16	金	ひま：誕生会
17	土	
18	日	
19	月	ひまわりっ子クラブ ひま：三本木中との交流会 (3~5歳)
20	火	支：すくすくサロン (2) ひま：英語で遊ぼう (4歳)
21	水	小：図書館祭り ひま：三本木中との交流会 (3~5歳)
22	木	支：出前一丁あそびの会 ひま：三本木中との交流会 (3~5歳) 小：がんばっぺスポーツの日
23	金	勤労感謝の日
24	土	
25	日	
26	月	ひまわりっ子クラブ
27	火	ひま：おたのしみ会総練習 (0~3歳)
28	水	ひま：お弁当の日 小：お話朝会 ひま：おたのしみ会総練習 (4~5歳)
29	木	
30	金	小：学習参観日 (お弁当)

## 4コマ漫画

### ひまのすけん

作：だいら

紅葉を見に行こう



【保健推進員・野菜普及班】

## おすすめ野菜レシピ

### 今人気の「さば缶」を使った料理「白菜とさばの煮物」



- 【材料】 2人分  
さば水煮缶 …… 1個  
白菜 …… 3~4枚  
ごぼう …… 40グラム  
しめじ …… 1/2パック  
にんじん …… 40g  
酒 …… 大さじ1  
しょうゆ …… 大さじ1  
塩 …… 少々  
みりん …… 大さじ1

#### 【作り方】

- ①白菜はそぎ切りにし、葉と茎にわける。にんじんは1cmの幅の短冊切り、ごぼうはささがきにし水にさらしあく抜きをする。しめじは石づきを落としてほぐす。
- ②フライパンにごぼうと白菜の茎と水100ccを入れ、蓋をして柔らかくなるまで煮たら、にんじんと白菜の葉、しめじを加え、真ん中にさば缶を入れさらに蒸し煮する。
- ③全体がしんなりしたら調味料を加え味を整える。(さば缶によって塩加減が異なりますので、加減してください。) お好みでカレー粉を加えてもおいしくいただけます。

※このレシピは、保健推進員と食生活改善推進員の「おすすめ野菜レシピ集 第4集」の料理を紹介しています。

### 栄養たっぷり「かぼちゃスープ」



- 【材料】 2人分  
かぼちゃ …… 200g  
にんじん …… 中1/4本  
ピーマン …… 1個  
玉ねぎ …… 1/2個  
鶏ささみ …… 2本  
プロセスチーズ …… 1個  
鶏ガラスープ …… 1カップ  
サラダ油 …… 大さじ1  
塩・コショウ …… 少々

#### 【作り方】

- ①かぼちゃは種とワタを除き、皮をむいてひと口大に切ってから水にぬらしてラップで包みレンジ強で約3分加熱し柔らかくする。
- ②鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、チーズは5mm程度の角切りにする。
- ③ミキサーに①のかぼちゃと鶏ガラスープを入れて攪拌し、鍋にうつして温める。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん、ピーマンを炒め、塩・コショウをふる。
- ⑤器に③のスープを注ぎ④の具とチーズを盛り付ける。

※このレシピは、保健推進員と食生活改善推進員の「おすすめ野菜レシピ集 第7集」の料理を紹介しています。

## ひまわり園

ひまわり園は行事がいっぱいでした。9月15日(土)運動会に20日(木)祖父母参観、10月10日(水)には消防署立ち合いの下、煙体験の避難訓練も行われました。



## 子育て支援センター

9月19日(水)のなかよし広場は秋のピクニックで、松山にコスモスを見に行きました。22日(土)はすすくサロン合同運動会、ボランティアさんのお手伝いで、0~2歳児がかけっこに親子競技とホールはとても賑やかでした。10月にはひまわり園や周辺を探検しました。



## 児童交流センター

9月26日(水)のぽっかぽか広場は『わらべうた遊び』でした。鹿島台第1幼稚園園長の佐藤せつ子先生をお招きして、“いないいないばあ”や魔法のふわふわスカーフ、大きなお手玉などで遊びました。子どもたちはキャッキョウ声をたてて笑い、せつ子先生の優しい歌声にとっても癒された1時間30分でした。



### ◆ぽっかぽか広場のお知らせ◆

日時 11月14日(水)  
10:00~11:30  
場所 三本木児童交流センター  
内容 人形劇をみよう!  
『人形劇団どんぐりこが  
やってくる』  
持ち物 飲み物

●広報さんぼんぎねっとホームページをのぞいてみてね!

さんぼんぎねっと

検索

アドレス: <http://sunnet-oosaki2014.jimdo.com/> 「さんぼんぎねっと」で検索!!

# 三本木と学校をつなぐ会

三本木と学校をつなぐ会は、三本木地域出身の商業者や地域就労者を中心メンバーとして、三本木中学校キャリアセミナーの運営や社会人講師とのマッチング、就労体験学習の受け入れ企業の紹介など学校との協働で活動しています。また、キャリアセミナーなどへの参加を契機として、まちづくり活動や社会貢献活動の情報発信・世代間の交流を積極的に図り、地域の未来を支える「熱い志を持った仲間作りの場」として活動を行っています。



## 第3学年 キャリアセミナー

「三本木中学校キャリアセミナー」は、志教育（キャリア教育）の一環として行なう少人数編成の生徒に対する社会人講話です。生徒が将来を考えるための手がかりや、社会に出るにあたっての大切な姿勢を、多くの職種の様々な人との「出会い」を通じて学ぶ場です。

今年は13名の講師により、第3学年81名を対象として、9月27日に実施しました。

### 【事業の目的】

(1) 多くの職種に関わる大人との出会い、話し合いを通じて、生徒一人ひとりが自らの生き方を考え、将来に対しての目的意識を持ち、主体的に自己の進路を選択決定しようとする意欲や態度を育成する。

(2) 自分自身を見つめ、自分と社会について考え、社会生活で自己実現して行こうとする態度を培う。

## 第1学年 職場見学（テーマ 仕事と私）

YKK AP(株)東北製造所と三本木総合支所それぞれ6つの班で訪問し、班毎に事前に考えた質問を職場の方にインタビューを行ないました。緊張感あふれる中「仕事に必要な力」や「仕事と生きがい」などの貴重なお話を頂き、これからの生活や進路を考える意欲に繋がりました。



## 第2学年 先輩の話聞く会

卒業生の体験談を基に、卒業後の進路をイメージし、進路に対する不安や悩みを解消し、進路希望をより確かなものにしました。



### 先輩からのメッセージ

- \*これから先の人生を考えた時、ちゃんと高校を選ぶことが大切。
- \*中学校は本当に楽しいけど、勉強を頑張ること。
- \*高校生になるとやることが増え友だちも広がる。
- \*若いエネルギーで色々な事ができる。
- \*自分が見える範囲は狭いが世界は広い。
- \*関わった人たちを幸せにできたらいいと思う。

## 行政区だより



## 新町区 会食サービス

### 北町区 敬老祝賀会

9月15日(土)に91名のみなさんにご案内をし、敬老祝賀会を行ない記念品を差し上げました。さらに米寿を迎えた6名には大崎市よりの記念品も贈られました。また婦人会のみなさんによりお赤飯などの手料理をご馳走になりながら、カラオケで自慢ののどを披露して頂き、お開きには「来年も元気でまたきてくださいね」とお話し、笑いっぱい祝賀会になりました。



### 南新町区 敬老会

9月15日(土)、南新町区敬老祝賀会が行なわれ、対象の56名の方々に記念品を贈り、元気な約半数のみなさんは、センターにお迎えしてご馳走を頂きながら、太鼓やカラオケの披露などの地域の皆さんのおもてなしをうけました。



### 南新町区 高齢者の集いで百歳体操

南新町区の高齢者の集いは9月25日(火)で百歳体操100回目になりました。おかげで元気な南新町区民です



9月7日(金)、46名の参加で、健康づくりの講話と会食サービスを行ないました。講話の冒頭講師の方より「男性の参加が多いですね」とお褒め(?)のお言葉を頂きました。健康講話は「口腔

ケアと音楽療法」という事で、歌を唄いながら手の運動をして脳の活性化をはかるお話でした。みなさん楽しい会話をしながらの会食になりました。



### 大崎商工会三本木支部・三本木企業協議会共催 「親睦パークゴルフ大会」

秋晴れの10月8日(月・祝)、田尻地域の「加護坊パークゴルフ場」のうぐいす・さくらコースに於いて、商工会三本木支部と企業協議会会員による親睦パークゴルフが開催されました。起伏の多いコースで気温が高かった事もありヘトヘトになりながら楽しい大会になりました。

その後の懇親会に於いて参加14名の成績の発表があり、北町の「ヘアサロンマルヤマ」の丸山明彦さんが今年の優勝者となりました。



### 坂本区 敬老会

9月2日(日)、19名の参加で坂本区敬老祝賀会が開催されました。

当日は南京玉すだれのアトラクションに始まりカラオケ、会食、全員参加のビンゴゲームで盛り上がりました。



協賛広告

# 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

◆家族葬198,000円から ◆ご遺体の搬送20kmまで16,000円  
もしもの時24時間病院・自宅へお伺い致します

## 新町区 敬老祝賀会

9月19日(水)午前11時30分より、新町コミュニティセンターにて45名が参加して敬老祝賀会が開催されました。アトラクションとして仙台ハワイアンバンド(マリプア)による生演奏にフラダンスや憧れのハワイ航路、リンゴの唄等の懐メロを合唱、又新町芸能プロによる舞踊、歌謡ショー、カラオケを交え、笑顔の楽しいひと時を過ごしました。



## 三本木まちづくり協議会 手あげ事業費が交付されました

三本木まちづくり協議会では、今年度より、部会活動の活発化を目指し、手あげ事業交付金を創設しました。各部会が交付の対象となっており、第1回目の受付は8月31日で締め切られ2つの部会より申請がありました。

### 1. 文化部会

11月4日(日)に開催される三本木文化祭の開催にかかる費用の一部

### 2. コミュニティ部会

国道4号YKK AP前「さんぼんぎ花ごよみ」への植栽およびひまわり園・児童館前の県道沿い花壇への植栽の費用の一部

2団体からの申請書について協議し、三本木まちづくり協議会委員会において承認されました。

手あげ事業交付金の申請書については、三本木総合支所地域振興課または、さんぼんぎねっとホームページよりダウンロードできます。

手あげ事業費交付要綱をご確認の上、申請書を地域振興課まで提出してください。

## 三 小 学 芸 会

10月13日(土)、三本木小学校体育館において学芸会が開催され、子どもたちの姿を見ようと多くの人がつめかけました。



平成17年3月31日に発行された「三本木の歴史」を参考にして、ご住職、宮司、など関係者の方々からお話をきいて、三本木地区内の神社とお寺を紹介したいと思います。

その7 白鳥神社

白鳥神社は三本木字北町にあります。祭神は倉稲魂神・日本武尊。白鳥神社は白鳥神社由来記（神社書上帳、毎時四年金剛院）によれば、延歴年間に坂上田村麿将軍が東征の際にこの地に勧請された古社で、志田郡三本木北町に鎮座している。祭日は旧九月九日、明治四年頃の氏子は九十六戸で、北町の氏神だったのですが、明治四十三年に八坂神社に合祀されたということです。ご神体はそのまま現存しています。その後、白鳥神社の境内は、何時の頃からか北町の新澤家の屋敷続きの土地であったので、屋敷の一部として譲渡されて新澤家の裏庭となり、新澤家の東北隅に安置しておりました。大正14年に新澤家の当主である新澤順吉氏が愛宕山で当時皇太子だった昭和天皇に御前講演をしたことを記念し、又、順悦氏という息子が生まれたことを機会に大正15年10月20日に建立されたということです。その後、新澤徳吉氏が当主だったときに、当時の町の表通りの交通が頻繁であったということを考えて、子供たちのために白鳥神社を含めた一円の土地を町に提供したということです。その後子供たちだけでなく町の人々の憩いの場になっています。

北町区では白鳥神社を区の神社として7月の最終土曜日に夏祭りを行っております。大みそかには区の役員の方々が元朝参りのためのお世話をしています。平成28年、現社長の新澤巖夫氏は震災を乗り越え業績も上向き、Sake Competition で入賞するなどのご加護に感謝し、もともとの家神だった白鳥神社の社殿の修復をしたいと考えました。区長さんや三本木総合支所と相談し28年の5月に修復する準備が整い工事に入りました。社殿そのものはしっかりしていたので、基礎部分を直し傷んだ部材を新しくして28年12月に完成し現在の姿になりました。新澤家としては区の許可をもらって、毎年9月9日の祭日には昔通りにお参りしているということです。

取材 文責 伊東 仁



修復前の社殿



修復後の社殿



修復後の社殿



元朝参りの時の様子



大正18年に建立された鳥居



遊具もある広場



社殿の内部



表通りから見た様子

俳句

空つぼの郵便受けや秋彼岸

二本柳 力彌

棉取るや訛の強き人どゐて

浅川 好子

秋雨や庭師の約束ずれ込んで

今 英雄

手刀を切りし笑顔の九月場所

西塚 好夫

股のぞき小さく見えし秋の空

阿部 和子

大地震の救援へりや鯛雲

勝又 礼

腰かがめ煙中体験九月かな

佐藤 邦子

短歌



終の日を思うことなくこの年も

伊藤 ふみ子

敬老祝いの落雁かじる

佐々木 和子

稔る秋彼岸近づき稲刈りが

ワレモコウ ノハラアザミにフジバカマ

手折りて帰る達居森から

手代木 亮一

ほだわらび摘み取る手もと秋の風

小高き丘の父母の墓

阿部 郁子

本日に帰って来たのかママにやん

日に何度も名を呼び続ける

鈴木 真子

## 秋の全国火災予防運動 11月9日～11月15日

### 【住宅用火災警報器の点検をしていますか？】

- 定期的（月に1度が目安）に作動確認をしましょう。
- 確認方法は、紐を引くものやボタンを押すなど、機種により異なります。

確認しても音が鳴らない場合は、電池切れや本体の故障などが考えられますので、速やかに電池や本体を交換しましょう。

※警報器の設置場所は台所・寝室（寝室が2階にある場合は階段にも必要）

### 全国统一防火標語

**忘れてない？ サイフにスマホに 火の確認**

古川消防署 三本木出張所

### 三本木地区いきいきクラブに来てみませんか？ （大崎市高齢者の生きがいと健康づくり推進事業）

いきいきクラブは、閉じこもりを予防し、いつまでも元気で自立した生活を送るための、生きがいと健康づくりの場です。

皆さんで体操、創作活動、健康教室、脳トレまたは季節ごとの行事、外出等をしながら楽しく過ごします。ご自宅までの送迎もありますので安心です。ぜひご参加下さい。

◆対象者 最近、外出の機会が減ってきた、体力がなくなった、物忘れが増えてきた等を感じている65歳以上の方。（要介護認定を受けていない方）

◆開催日時 週1回（毎週火～金のいずれか1日）  
午前10時～15時

◆会場 三本木保健福祉センター 1階和室

◆会費 500円（昼食代として）、利用や送迎の費用はかかりません。

◆見学も可能です。

◆お問い合わせ・お申込み先

志田地域包括支援センター ☎53-1271  
大崎市三本木総合支所市民福祉課 ☎52-2114

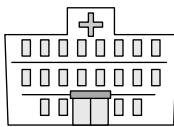
### 休日・夜間診療案内

休日当番医・歯科医及び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30年10月1日現在  
人口 7,878人（-16）  
男 3,916人  
女 3,962人  
世帯数 2,693戸（-8）  
（ ）は前月との比較

### 健康づくり講演会開催のお知らせ

保健推進員三本木支部協議会と大崎市で、健康づくり講演会を開催します。

日頃、飲んでいる薬についての正しい使い方についての講話です。この機会に薬の飲み方や、保健薬などの併用等について学んでみませんか。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

◆内容 講演『正しい薬の使い方』

◆講師 薬剤師 深澤 貴裕 先生

◆日時 11月26日（月）9時30分から受付  
10時開始 11時40分終了

◆会場 三本木総合支所 ふれあいホール

◆申込み 11月20日（火）まで

三本木総合支所市民福祉課（☎52-2114）にお申込みください。

### 献血のお知らせ

◆日時 11月8日（木）午前9時30分～午前11時

◆場所 三本木総合支所玄関前

※献血をする人の本人確認を行いますので、運転免許証や健康保険証などをご持参下さい。皆様のご協力をお願いいたします。

◆お問い合わせ先

三本木総合支所市民福祉課 ☎52-2114

### 三本木地域防災訓練報告

9月9日（日）、午前9時より三本木地域の25の行政区において防災訓練が行われ、1,281名（内、災害対策本部29名）が参加しました。

訓練内容は避難訓練に加え煙中体験、心肺蘇生訓練、初期消火訓練などの体験型やアルファ米、カレーなどの炊き出し訓練、その他防災クイズや自家発電運転訓練などを地域毎に行いました。

今回の防災訓練では下記のような意見が寄せられました。

#### ●良かったこと

- 心配していたよりも、参加人数が多かった
- 訓練に積極的に参加し、自分の身は自分で守る意識を持っている
- 防災無線での広報に地区内で携われてよかった

#### ●問題点

- 若い人の参加が少ない
- 避難準備・避難勧告・避難指示の意味の理解が薄い
- 指定避難所の設備に関する認知度が薄い
- 高齢者が多くなってきて大変である
- 避難所開設の早期情報公開
- 実際の災害時での交通誘導、渋滞等の問題

### ごみ収集カレンダー

（種 別）	（回収日）	
もやせるゴミ	毎週（月・木）	左記の回収日が祝祭日でも回収します
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  
三本木総合支所地域振興課内 ☎：0229-52-2111 FAX：0229-52-5840

「さんぼんぎねっと」は毎月月初めに発行