

みんなのた場

サ一フル 仲問 94

桃生地区 日高見はねこ会

伝統の踊りを引き継いで 本番に向けて熱心に練習

日高見はねこ会は、桃生小学校の全校児童によるはねこ踊りの会です。地元の伝統芸能であるはねこ踊りを通じて、学年間交流を深め、地域を活性化しようとして、平成12年に発足しました。会の名前は地域にある日高見神社にあやかつて命名されました。今年も桃生小学校の1年生から6年生まで123人がメンバーです。学校での授業や運動会のプログラムに取り入れられているほか、桃生地区芸能祭や「もうふれあい祭」等で発表し

ています。

現在も6年生8人が9月に桃生植立山公園で開催されるふれあい祭に向けて練習に励んでいます。毎週火曜日と金曜日の夜に学校の体育館に集まり、同校の阿部栄二教諭と日高見はねこ会代表の阿部計さんの指導を受けながら息を合わせて踊りを身に付けています。

するとき等に踊られてきました。もともとは永井地区が発祥の地ですが、このほかのところで踊られています。集落単位で振りに差異があったことから、最も知名度の高い寺崎の型で統一され、現在の形になりました。踊りは、打ち囃子、献囃子、馬鹿囃子の3つから構成され、民俗芸能としては珍しく跳躍調で踊りも華やかです。そのため運動量が多く、毎回練習では子どもたちが額に汗を流しながら伝承されてきた振りを確認しています。



▲囃子に合わせて一糸乱れぬ踊りを目指す桃生小学校の6年生たち



▲日高見はねこ会の皆さん

キラッとパチリ

寄り添う業務で地域をサポート



産業推進課
榎 和浩さん 33歳
千葉県千葉市から派遣



市街地再開発整備課
中島 誠仁さん 28歳
千葉県千葉市から派遣

今年4月に着任した榎さんは、被災した造船事業者への復興支援や被災企業の移転先となる産業用地を整備する業務を担当しています。少しでも復興の力になればと派遣を志願しました。

景色の美しさと人の温かさといえます。「北上川を中心としたまちは、海や山や水田等が調和しており、とても美しいと感じます。急速に変わっていく景色の中で、地域の皆さんの温かさや自然の豊かさ等、唯一無二の良さ

が出るまちになってほしいです」と期待します。

昨年4月に着任した中島さんは、市街地再開発事業等に関する業務や、補助金の交付申請に従事しています。東北での生活は初めてで、夜の冷え込みや風の強さに当初は体調管理が難しかったそうですが、徐々に慣れてきました。飲食店等も訪れて、ホヤやクジラといった新鮮な魚介類の魅力も味わっています。

「石巻市には震災を機に多くの派遣職員やボランティア団体等があります。その活力を地元の方々とうまく連携し、活気あるまちに戻してほしいです。私もできる限りの力を、少しでもまちづくりに生かしていければ」と話していました。

健康コラム 石巻市立病院

第19回 「健康寿命」について

石巻市立病院 外科部長 福山 尚治

我が国の平均寿命は男女とも年々長くなっており、世界保健機関(WHO)が発表した2014年版「世界保健統計」によると、2012年の日本人の男女合わせた平均寿命は84歳で前年に続き世界最長になりました。男女別で見ると、日本の女性の平均寿命は87歳で首位、男性は80歳で8位でした。この年齢まで健康で過ごすことが理想ですが、現実的にはここまで、病気等何らかの健康上の問題が発生しています。そこで健康寿命という概念が提唱されたわけですが、簡単に言えば健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命から健康寿命を引くと男性は約9年、女性は約12年となるとの統計結果があります。誰もが健康寿命が長いことを願うわけですが、自立度低下をきっかけに要支援・要介護状態に陥ります。この自立度低下要因の第1位は「運動器の障害」いわゆる「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」です。骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え適切な栄養を摂取することで強く丈夫に維持されますが、弱った骨や筋肉では、40代・50代で既に身体の衰えを感じやすくなり、60代以降になると思うように動けない身体になってしまう可能性があります。筋肉、骨と同様に軟骨や椎間板にも適正な運動負荷が必要です。ただし、過度なスポーツや過体重によって過負荷状態になると、軟骨や椎間板は逆に傷んでしまうことになります。また、やせすぎると筋肉や骨は弱くなってしまいます。適切な運動管理が健康管理につながり、健康寿命を長くすることになります。いつまでも健やかに過ごすことができるよう、日頃からの心がけが必要です。

◆投稿募集

皆さんからの投稿をお待ちしています。テーマに沿ったあなたのとっておきの話をお寄せください。
テーマ 「ありがとう」
日常生活の中で、皆さんの「ありがとう」に関する逸話(エピソード)をお聞かせください。
字数 400字以内
投稿方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記し郵送またはEメールで秘書広報課までお送りください。掲載の場合はペンネームを可能としますので、ペンネーム希望の場合はその旨明記してください。
注意事項 公序良俗に反するもの等やスペースの関係上、投稿いただいたものを全て掲載できるものではありません。また、字数等の関係で内容を調整させていただくことがあります。

問 秘書広報課(内線4023) ☎986-8501(住所不要) ✉ ispubinfo@city.ishinomaki.lg.jp

まちの話題

雄勝地区



6月4日(土)
上雄勝二丁目

地域の情報と 魅力発信

震災からの復興状況や教訓を発信する「石巻市復興まちづくり情報交流館雄勝館」が開館しました。隣接地に移転した仮設商店街のおがつ店こ屋街も同時にオープンし、テープカットや記念イベントでにぎわいました。いずれも復興事業が完了するまでの一時的な施設ですが、住民の皆さんの日常生活を支えるとともに観光客へ地域の情報と特産品等の魅力を紹介しています。

河北地区



5月13日(金)
亀ヶ森公園

桜を植えて 憩いの空間づくり

石巻地区森林組合と石巻東ロータリークラブの皆さんが、飯野川小学校の4年生30人と一緒に桜の苗木を植えました。相野谷にある亀ヶ森公園は、桜の名所として知られています。しかし、近年は複数の老木が枯れて伐採されたため、市内で植樹活動をしている両団体が児童たちと協力して紅シダレザクラ等10本を植えました。参加した皆さんは美しい花が咲くことを期待していました。

桃生地区



6月11日(土)、12日(日)
桃生総合支所西側駐車場

見事に咲き誇る さつき一堂に

今年で37回目となる「さつき盆栽展」には、桃生町さつき愛好会の皆さんが丹精込めて育てた約100点の見事な花が並びました。盆栽展は、会員の成果発表の場として毎年開催されています。多くの人たちが足を運び、鮮やかに咲き誇る花々と枝ぶりをじっくりと見て楽しみました。また会場では、販売コーナーも設けられ、会員から育て方等の説明を受けて買い求める人の姿もありました。

河南地区



5月22日(日)
旭山農業体験実習館コロボックルハウス

大きく、おいしく 育ててね

スクエア子育てひろばの「さつまいも植え会」には、親子約60人が参加しました。いも植えを通して親子のふれあいを深めるとともに、子どもたちに野菜がどのように育つのかを知ってもらおうと毎年開催されています。この日は親子で協力し合いながら苗を等間隔に植えていき、「おいしく、大きくなってね」と語りながら水を与えていました。育ったいもは10月16日に収穫します。

牡鹿地区



5月5日(木)
牡鹿中学校体育館

県消防操法大会に向け 安全祈願祭と結団式

7月24日(日)に富谷町総合運動公園で開催される「第49回宮城県消防操法大会」に、石巻地区支部の代表として石巻市消防団牡鹿地区団が出場します。これに向けた安全祈願祭と結団式が行われました。県大会は「小型ポンプ操法の部」と「ポンプ車操法の部」の2種目で操法技術を競い合います。今年は「ポンプ車操法の部」で優勝したチームが長野県で行われる全国大会に出場します。

北上地区



5月7日(土)、8日(日)
にっこりサンパーク内クラブハウス

かわんな山野草 咲き誇る

北上文化協会山野草愛好会の皆さんが大切に育てている草や花の鉢約200点を持ち寄って展示会を開きました。震災後、愛好会のメンバーは3人と少なくなりましたが、かわんに咲く山野草の魅力を多くの人に知ってもらおうと、毎年春と秋の年2回開催しています。楽しみにしている人も多く、今回も市内外から2日間で125人が訪れ、鉢の中に創られた小さな自然の世界を堪能していました。

石巻地区



5月22日(日)
サン・ファン・パウティスタパーク

開館20周年飾る サン・ファン祭り

サン・ファン・パウティスタの進水日(平成5年5月22日)に合わせて恒例の「サン・ファン祭り」が開かれました。今年はサン・ファン館の開館20周年でもあり、市内外から約1万6千人が訪れました。ステージでは渡波小学校鼓笛隊や万石浦小学校マーチングバンド等14組が演奏や踊りを披露しました。また、前夜祭も盛り上がったほか、ライトアップされた復元船が多くの人を魅了しました。

石巻地区



5月14日(土)
立町商店街

地域を花で美しく

地域を花で飾ろうと、石巻市子どもセンター「らいつ」を利用する小・中・高校生約20人が、立町商店街の歩道にサフィニアマックスのプランター96個を設置しました。花は、らいつを建設し現在も活動支援を続ける企業が提供しました。子どもたちは苗を植えたプランターを協力して各店に届けました。大きく咲いた花は、通りを行く人たちを楽しませています。