

# 和紙の里 ひおき

発行 令和5年7月25日  
日置地区まちづくり協議会  
鳥取市青谷町山根218  
電話 0857-86-0836  
FAX 0857-86-0837  
Eメール cc-hioki@it.city.tottori.tottori.jp  
題字 棚田 大さん

31号

## ひおき収穫祭の概要決まる!

先日7月13日開催の木曜会にて、今年度のひおき収穫祭について、開催日時、開催場所などを協議し下記のとおり概要が決まりましたので、お知らせします。

**日時:令和5年11月19日(日)10:30~13:00**

**会場:あおや和紙工房前庭、研修棟**

**主要内容:屋台、休憩処(※飲食あり)**

**青空市(ひおき市)**

**演芸ステージ<芝生広場>(※雨天時:体育館)**

**作品展示<研修棟>**

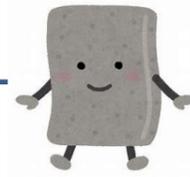
《参考》昨年度は、令和元年度以来3年ぶりに公民館敷地内(体育館含む)で単独開催(和紙フェスタとの共催なし)、コロナ感染予防対策として飲食なし、受付にて検温、名簿記入、短時間(10:00~11:30)での開催でした。

## 今後の予定

- ❖第2回防災部会:8月8日(火)
- ❖秋の環境整備:9月10日(日)※予備日9月17日(日)
- ❖日置地区総合防災訓練:9月10日(日)※予備日9月17日(日)
- ❖日置地区運動会:9月24日(日)
- ❖健康づくり講座:10月15日(日)
- ❖ひおき収穫祭:11月19日(日)



## 特産品部会



### こんにゃく芋栽培

今年度は、昨年収穫した芋を地域の12名の方に1~2kgずつ各自の畑に植えていただいたのに加え、早牛地内の畑にも新しく購入した芋3kgを植え付けました。

以後、順調に育って緑の葉が茂ってきました。

先日、梅雨明けの強い日差しから守るため、寒冷紗をかけて夏の生育に備えました。



### ひおき市



今年度第1回のひおき市を、ひおき納涼祭の屋台のひとつとして開催しました。夏野菜に加えて、手作りこんにゃく、山菜おこわ、コロケなどの加工品が並びました。

準備期間が少なく、事前告知が納涼祭チラシの一面だけでしたが、納涼祭開始前から販売を待つお客さんもおられ、出品物はほとんど完売となりました。

## 防災部会

防災部会で取り組んでいる「鳥取市防災リーダーの養成、防災指導員の選出」ですが、昨年度は、防災リーダー養成研修がコロナ禍のため中止となってしまい断念。

今年度も下記のとおり研修会が計画されて、受講者の募集案内が届いています。防災部会では、各集落から受講推薦者を選出していただくようお願いをしているところです。まち協会会計からも昼食代、交通費等の日当を出すよう予算に組み入れています。

詳細は、8月末発行のチラシにてお知らせします。

### 令和5年度鳥取市防災リーダー養成研修

- 1 日時 ①令和5年10月1日(日) 9:15~16:00  
②令和5年10月29日(日) 9:15~16:00  
③令和5年11月26日(日) 9:15~16:15

2 会場 鳥取市役所本庁舎6階会議室

**総合防災訓練:9月10日(日)**

**予備日:9月17日(日)**

## 城北交流

5月31日



### こんにゃく芋植え付け交流

昨年に引き続き、今年も交流畑にこんにゃく芋を城北の方と一緒に植え付けをしました。今年は、日置の芋も、うね並びで植え付けました。

秋の収穫が楽しみです。

6月14日



### ポッチャ交流会

当初は、グラウンドゴルフ交流会の予定でしたが、雨のため城北地区公民館でのポッチャ交流会に変更になりました。城北との混成チームで対戦。初心者が多い中、好プレーに歓声上がる場面もありました。プレー後の昼食会では、ピンゴゲームで大いに盛り上がり、終始和やかな交流会となりました。

7月15日



### 納涼祭来場

8名の方が納涼祭に遊びに来られました。「グラウンドゴルフフリー」や「みんなではねそ」に皆さんが参加され、まつりを楽しんでいる様子が見られました。

# 環境部会

## 夏の環境整備

7月9日(日)

作業時間には雨があがった環境整備でした。54名の方にご参加をいただき(県道沿いの空き缶・ゴミ拾いには内32名が参加)ました。

1時間の作業ですっきりと美しい環境になりました。暑い中お疲れさまでした。



築山の手入れ



体育館東側花壇の整備



資源回収ボックス周辺の草刈り



資源回収ボックス側設置プランター4基に宿根ペチュニアを植えました。



県道沿いの空き缶、ゴミ拾い



プール沿い樹木の剪定と片付け作業

秋の環境整備:9月10日(日) 予備日:9月17日(日)

# 福祉部会

## 4年ぶりに合同ラジオ体操



7月22日(土)の早朝、4年ぶりとなる「ひおき合同ラジオ体操」を開催しました。当日は、夏休みに入った子どもたちと保護者、地域の住民45人が参加して、第一・第二体操でさわやかな汗を流しました。

今回の合同ラジオ体操には、健康づくり推進委員会とかんぽ生命からも協賛していただき、参加賞として参加者にお渡ししました。

ラジオ体操は、いつでもどこでも手軽に行える健康づくりです。福祉部会はこれからも、住み慣れたこの日置地域で、いつまでも元気に暮らし続けていただくため、健康増進を目ざして取り組みをすすめます。

(部会長 中宇地節雄)



ウォーキングコース設置のベンチは修繕のため回収して公民館で預かっています

まちづくり協議会で設定したウォーキングコースに設置してから長い期間雨ざらしで老朽化、破損したベンチを修繕しようという計画が持ち上がり、まずは、回収して修繕方法を検討しようということになりました。

7月15日、有志3名で各集落に設置のベンチを回収しました。



旧小学校職員室で修繕を待つベンチたち

## お口元気体操

食べる機能

声をはっきりと出す機能

呼吸をする機能

### いつまでも 維持していくための体操

しゃんしゃん体操のお口体操バージョンです。「鳥取しゃんしゃん傘踊り」の曲に合わせてすると良いですが、無くても大丈夫。今回は、後半の⑤～⑧までを紹介いたします。(「きなんせ節」でもできます。) ※前半①～④は前号30号に記載していますので、合わせてご覧ください。

#### ⑤頬ふくらませ



1・2(右) 3・4(左)  
5・6(右) 7・8(左)

運動) 左右にほほを膨らませます(左右2回)  
筋肉) 口輪筋など  
効果) 食べ物や飲み物が、口からこぼれにくくなります。

#### ⑥舌まわし



右に1・2・3・4 左に5・6・7・8

運動) 口を閉じて唇の裏側をぐるっと左右に1なめします。  
筋肉) 口輪筋、舌筋など  
効果) 舌の動きが良くなり、ものを噛むのがうまくなります。

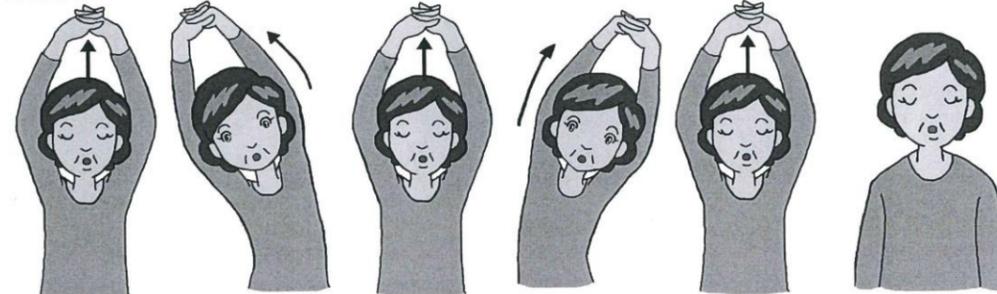
#### ⑦舌を突き出し



1・2(出す) 3・4(戻す)  
5・6(出す) 7・8(戻す)

運動) 舌を突き出し、戻します。(2回繰り返す)  
筋肉) 舌の筋肉  
効果) 食べ物を上手く飲み込む力をつけます。

#### ⑧体側伸ばし



1・2 3・4・5・6 7・8 2・2・3・4 5・6 7・8

運動) 頭の上で両手を組み、身体を左右に伸ばします。  
筋肉) 腹斜筋、腹横筋など  
効果) 胸郭が広がり、呼吸がしやすくなります。

