

米川新聞 8

米川地区の指定避難所

名称	洪水	土砂災害	地震
米川小学校 ※	×	×	○
米川公民館	○	○	○
旧鱒淵小学校 ※	×	×	○
東和地域福祉センター	○	○	○

※マークの避難所は土砂災害警報区域に入るため、洪水(大雨)時は避難できません

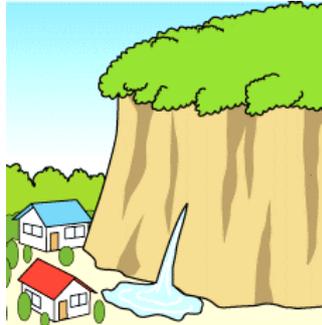
7月12日(火)、米川地域振興会環境部による第2回環境部会並びに自然災害「洪水・土砂災害」講習会を開催したところ、地区民の関心は高く約20名が視聴に訪れました。今回の講習は登米市総務部防災課防災危機対策係の職員を招いて洪水についてはハザードマップの説明、土砂災害については主な事象として①がけ崩れ②土石流の説明がありました。ハザードマップ

「洪水・土砂災害」講習会

①がけ崩れの前兆現象



◎がけや斜面に割れ目ができた時



◎がけから水が湧き出てきた時

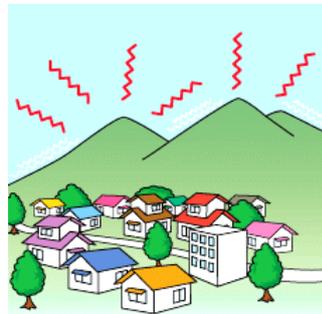


◎がけから小石がパラパラと落ちてきた時

②土石流の前兆現象



◎川の流れが濁ったり、流木が混んでいる時



◎「山鳴り」といって、山全体がうなるような音をする時



◎雨が降り続けているのに河の水量が減っている時

では米川地区は浸水の被害予想域から外れていますが過去に内水で飯土井地区が水没した事例があるので警戒は必要です。土砂災害については東和町・登米町・津山町は山に囲まれている地形のため特に注意が必要

で、身を守るためには①土砂災害危険個所を確認する②土砂災害警報情報に注意する③早めの避難を心がける④左の前兆現象を見つけたら東和総合支所に連絡し早めに避難しましょう。

おもてなしの心 Hospitality and Smile
あふれる笑顔
米川公民館



発行元
発行責任者
郵便番号
住所
Tel
Fax
E-mail
URL

米川地域振興会(米川公民館内)
及川 浩
987-0901
登米市東和町米川字四十田25番地1
0220-53-4155
0220-23-9030
yonekawa.kou@chime.ocn.ne.jp
http://miyagi-Yonekawa.com/



ナイターバレーリーグ戦



第33回支部長杯争奪ナイター家庭バレーボールリーグ戦が6月11日〜25日、米川小学校で行われました。(結果は次のとおり)

順位	チーム名	勝敗	得失セット差	得失点差
一位	米川2区	2勝1敗	2	9
二位	米川3区	2勝1敗	1	9
三位	西上沢スターズ(米川4区)	2勝1敗	1	△4
四位	ロック(米川6区)	0勝3敗	△4	△14

※最優秀選手賞…沼倉祐之さん(2区)

男の料理教室

7月15日(金) 米川公民館で男の料理教室を開催しました。今回は「洋食にチャレンジ」というテーマで簡単パスタ&スープ&サラダを作りました。特にパスタは夏メニューのアスパラと明太子のクリームパスタです。明太子は身をこそげ出しマヨクリームソースに混ぜます。茹で上がったスパゲティとアスパラをその中に入れて和え、器に盛り刻みのりをかけてパ



スタの完成です。さつぱりしているので夏バテぎみの食欲にも効果的です。

ふれあい出前講座 みんな元気に「健康体操」



7月22日(金) ふれあい出前講座米川教室を開きました。講師は東和総合支所の保健師さんと栄養士さんにお越し、「健康体操」では一度に2つのことをする二重課題に挑戦しました。初級編は皆さん難なくクリアしたものの、中級編からは怪しい人が続出しました。保健師さんからは「下の10の食品群をまんべなく取るのが大事で、登米市民は肉類・油脂類の摂取が少ない傾向がある」とのことでした。

米川公民館 俳句教室

選者：俳句教室講師 藤野尚之 氏

7月の兼題 海の日、木下闇(こしたやみ)、梅雨晴、堂

横穴に礼拝跡や青葉闇
海の日帰りの棧橋混み合へり
梅雨晴れの止草急ぐ農夫かな
海の日や三陸の幸戴きぬ
梅雨晴れや孫内定の知らせくる
鱒淵川の水面も藪も螢の夜
長谷寺の岩肌の途木下闇
梅雨晴れの空悠然と薫の舞ふ
母の忌の厨(くりや)離れず夕螢
県境の旧道辿る木下闇
両の手に螢を包む子らの夢
梅雨晴れに月傾きて夜深む
海の日や沖の礁に波高し
選者の一句
海の日や散骨の船沖へ行く



錦織 及川奈奈夫
米川 及川裕子
錦織 及川守男
米川 及川勝保
米川 村上君枝
米川 千葉豊子
米川 及川豊子
米川 千葉サキコ
米川 菅原義男
米川 小野寺好道
米川 小野寺和彦
米川 首藤恭子
米川 須藤捷子
米川 岸名和子

10の食品群

- 肉**：強いからだをつくるスタミナ源です。1日の目安は薄切り肉3枚(70g)
- 魚介**：血圧を下げるタウリンが豊富です。1日ひと切れ(80g)食べましょう。
- 卵**：たんぱく質食品の王様。卵を1日に1個(約50g)食べましょう。
- 海草**：1日に1品、海藻メニューを食卓へ。老化と戦うミネラルが豊富です。
- 油脂**：効率のよいエネルギー源です。1日の目安は1品なたまり油を1品加えれば、疲労回復に効果的。
- 大豆や大豆製品**：抗酸化物質豊富。大豆製品なら1/3丁。
- 牛乳・乳製品**：骨が元気になる骨質は、カルシウムがたっぷりの1日1本の牛乳(200ml)から。
- いも**：1日1品いも料理。食卓で購揃え。
- 果物**：1日1種で元気の素、ビタミンをたっぷり補給。
- 緑黄色野菜**：緑黄色野菜もたっぷり積極的に。全てはよく噛んで食べてください。

米川地域おこし協力隊だより



隊員ブログ (米川里山だより内)

<http://miyagi-yonekawa.com/>

Facebook (こちらの方がよく更新しています)

<https://www.facebook.com/yonekawai/>

こんにちは。地域おこし協力隊員の鈴木(景)です。
先日鱒淵の栲崎に行くと、道沿いに紫陽花がたくさん咲いていて綺麗でした。
7/17には「あじさいまつり」を開催したそうです。すてきですね(^^) 
これからますます暑くなりますが、体調に気を付けていきましょう。

「よねかわ田んぼ学校」第2回終了しました

7/17(日)、小雨のため草刈りは中止となりましたが、地域の皆様のご協力で楽しい授業ができました。ありがとうございました！



▲ジャガイモ掘り
▲梅もぎ体験



◀地元産の椎茸や野菜などでBBQ

サイカチの実で石けん液作り▼



◀山道でクワガタ発見！



▲モロコシ粉のお団子で作ったクルミ餅が大好評！



▲オニグルミを割ってクルミあん作り



田んぼ学校ボランティア募集!
秋に稲刈り・ほんによ作り・収穫祭をする予定です
が、お手伝いしてくれる方を募集中です！経験者も
未経験者もどなたでも歓迎です。まずはお気軽にお
問合せ下さい。(連絡は下記鈴木氏の携帯・メールまで)



「地域おこし協力隊」って何やってるの？

「鈴木さんは普段は何やってるの？」という質問をされることが多いので、あらためて「地域おこし協力隊」の活動についてご紹介します。

＜協力隊の活動の基本＞

- ①米川に来る人を増やそう！
- ②米川の名物（観光・特産品）を広めよう！
- ③農林水産業を元気にしよう！
- ④地域の生活環境を良くしよう！
- ⑤イベント・行事のお手伝い

＜実際に4月～7月に行った活動＞

- 「よねかわ田んぼ学校」「さなぶり交流会」の企画・実施
- 各種研修会参加
- 情報発信（米川新聞、隊員ブログ、facebook更新、新聞などのメディア発信）
- イベント・行事手伝い（キリシタンの里まつり、地域の清掃活動など）
- その他（旧鱒淵小の古民具整理手伝い、国家公務員地方自治研修での発表など）



▲バケツ稲も栽培中♪

募集中!

一緒に活動してくれる方や地域おこしのアイデアを募集しています。
興味のある方はお気軽にお声がけください！

たとえば...

移住者カフェ

句碑・歌碑や食のお散歩マップ作り

古本交換会

＜問合せ＞

地域おこし協力隊 鈴木まで

☎070-2011-1806

✉ yonekawai88@gmail.com

(月・火・木・金は公民館にいます)

よねかわ情報コーナー(催し物)



ふるさとソフトボール大会

8月14日(日) 8時30分開会式

東和総合運動公園(多目的グラウンド)



第55回 米川地区市民運動会

9月11日(日) 午前9時開会

米川小学校 校庭

※ 雨天時は中止となります



8月の予定					
1	月	シニア体力づくり愛好会	23	火	ワグンの教室
2	火	ワグンの愛好会	24	水	泉趣会
3	水	泉趣会、かたけ愛好会	25	木	あばせグラウンドゴルフ
4	木	産業高校剣道部、体協米川支部理事会、運動会実行委員会	26	金	東和バレー協会
5	金	あばせグラウンドゴルフ、東和バレー協会	27	土	
6	土	ワグンの教室	28	日	JP労組、黎明太鼓
7	日		29	月	シニア体力づくり愛好会
8	月	仲良しキッズサークル、シニア体力づくり愛好会、文化祭実行委員会	30	火	ワグンの愛好会
9	火	ワグンの愛好会	31	水	泉趣会
10	水		9月の予定		
11	木	山の日	1	木	運動会実行委員会
12	金	JP労組、東和バレー協会	2	金	あばせグラウンドゴルフ
13	土		3	土	
14	日	ふるさとソフトボール大会	4	日	
15	月	シニア体力づくり愛好会	5	月	シニア体力づくり愛好会
16	火		6	火	ワグンの愛好会
17	水	泉趣会	7	水	泉趣会、かたけ愛好会
18	木	俳句教室、かたけ教室	8	木	あばせグラウンドゴルフ
19	金	0-ツ、蒲萄屋、東和バレー協会	9	金	
20	土		10	土	
21	日		11	日	第55回米川地区市民運動会
22	月	シニア体力づくり愛好会	12	月	仲良しキッズサークル、シニア体力づくり愛好会

※公民館事業又は利用許可申請済の団体のみ記載

米川の世帯数と人口

平成28年6月末現在

行政区	世帯数	男	女	計(人)	[前月比]
1区	162	150	160	310	△3
2区	116	147	148	295	△2
3区	112	166	168	334	△1
4区	100	139	128	267	△1
5区	77	108	110	218	△1
6区	91	128	121	249	1
7区	71	104	101	205	0
8区	112	116	138	254	1
9区	66	72	101	173	△1
10区	42	67	51	118	0
計	949	1,197	1,226	2,423	△7

編集後記

熊が多く出没しています。米川では6/2館ノ下で、6/4東上沢で、7/7七曲峠で目撃されています。まだ被害はないものの危険なところに立ち入らない、ゴミは必ず持ち帰るなどの自衛が必要です。今秋は餌となるブナが身をつけない可能性が高く、ますます人里に下りてくることも考えられ、尚最大限の注意をしましょう。

米川地域振興会ホームページ
【宮城米川・里山だより】
URL:<http://miyagi-Yonekawa.com/>

