

豊かな自然と伝統文化の郷 よねかわ

発行元: 米川地域振興会
発行日: 2019年1月1日
第93号

米川新聞 1

12月3日・4日にかけて米川公民館・東和国際交流センター・綱木親和会館の4会場で行われた米川長生大学第3回学習会。出前講座を開催しました。例年一回程度は健康講座を開催していましたが、いつも大入り盛況で会員の関心の高さが窺えます。今回も「転ばないカラダづくり」をテーマにカイロプラティックの院長、赤間加寿子先生に講義をしてもらいました。前半の「元気な身体をつくる方の講話」では人間の土



米川長生大学 出前講座

痛みの原因

背骨の歪み(仙腸関節のズレ)
↓
骨のズレ(腰椎、胸椎、頸椎)
↓
神経の圧迫(脊髄神経、運動神経の圧迫)
↓
自立神経も機能不良(全神経の86%は自律神経)
↓
筋肉の萎縮、凝り(靭帯筋肉の歪んだ癖)
↓
血行不良(血液循環不良)
↓
慢性病(生活習慣・80%背骨の歪みが原因)
↓
足の痺れ・手の痺れ
↓
手足の機能麻痺
↓
寝たきり



台である骨盤の歪みと背骨との因果関係を学び、特に第①②③頸椎がズレると肩こり、頭痛、耳鳴り、不眠症、手への障害が起き、特に第①②③胸椎がズレると肩こり、風邪、セキ等への障害が起き、特に第④⑤腰椎がズレると腰痛、下痢、便秘、足等への障害が起きるといふことです。いかに正しい姿勢が大事かを学びました。



後半の「手ぬぐいで骨盤調整の実技」ではゴムで両肩にたすき掛けをして負荷をかけた後、手ぬぐいを使って骨盤の矯正運動を行いました。杖なしで歩けなかつた人が、歩けるようになったと驚いていました。

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



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)
佐藤 裕孝
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/>



新年のご挨拶

米川地域振興会佐藤孝会長



新年明けましておめでとうございます。謹んで新春のお慶びを申し上げます。

昨年11月、ユネスコ無形文化遺産に『米川の水かぶり』が登録になりました。これまでに地域の祭りとして伝承してきた行事が世界的に認められます。これを機に祭の後継者対策、観光客受け入れ態勢を、保存会とともに考えていきた

地球のステージ



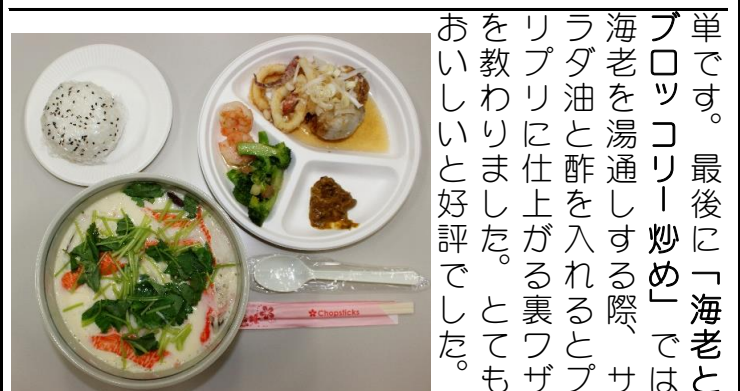
東和中学校で公演会

12月18日(火) 東和中学校で心療内科医でありながら、世界の被災地で国際医療支援活動をした経験を活かし、語りと映像、音楽で伝えるプロジェクト、桑山紀彦氏による「地球のステージ」の公演会がありました。世界には貧困・紛争・災害に苦しむ人々がいる。その中でも特に子供たちに焦点を当てて、明るく逞しく生きる姿を紹介。グローバルな視点で「一歩踏み出す勇氣」「人生とは?」「人が果たすべき役割」「人が生きるということ」を教えられ、感動させられる内容でした。

男の料理教室



12月7日(金) 米川公民館で恒例の男の料理教室が開催されました。今回も講師には猪股喜代美先生をお願いして、*ほっこりあつたか料理*に挑戦しました。メニューは3品。まず「里芋といかの揚げ出し風」では里芋は皮付きのまま蒸してから皮をむくのがポイントです。いかは輪切りにしますが腑も捨てず、もう一品にアレンジしました。「華やか茶碗蒸し」の具は蟹蒲鉾・しいたけ・ぎんなんのみなので簡



単です。最後に「海老とブロッコリー炒め」では海老を湯通しする際、サラダ油と酢を入れるとプリプリに仕上がる裏ワザを教わりました。とてもおいしいと好評でした。

米川公民館 俳句教室

12月の兼題 初氷、白菜、雑詠

来訪神の登録に沸く冬館
北上川の淀静かなる初氷
表札は未だ亡夫の名師走風
白菜を赤子の如く妻洗ふ
初氷踏んで牛舎の灯を点す
強霜の溶けゆく樹々の滴かな
とどめ刺すやうに白菜摘みにけり
淋しきは銀杏並木の落葉かな
極月や訃報看板立ち並ぶ
キッチン蛇口に垂るる初氷
初氷割って楽しむ幼児かな
一輪の一景まぶし冬薔薇
白菜に一夜かけ置く古毛布
山霧の墨絵の如く雨あがる
平成の最後の白菜摘みにけり

米川	及川豊子
錦織	及川奈奈夫
錦織	及川守男
米川	及川裕子
米川	小野寺好道
米川	小野寺和彦
錦織	小平華子
宝江	高橋武比古
米川	千葉勝保
米川	千葉サキコ
米川	村上君枝
米川	大橋久子
錦織	春日悦子
米川	首藤恭子
米川	須藤捷子
米谷	菅原いよ子

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/>

明けましておめでとうございます。平成最後の年ということで、いつもより気持ちが引き締まる感じがしますね。

昨年は4月から10月まで加美町の機織り伝習館で草木染と機織りの勉強をしてきました。明治時代の産業革命によって機械化されるまで、各地で連綿と続けられてきた手仕事である染めと織り。今ではできる人も少なくなりましたが、やってみるとその奥の深さに驚きました。

江戸時代に米川で染色業を営んでいた沼倉家では茜染めや紫根染めが行われていた記録が残っています。紫根染めには紫草という草の根を使いますが、現在は日本の絶滅危惧種に指定されているそうです。紫根は生薬としても使われているため、現在加美町で進めている薬用植物栽培事業で増やしており、染織教室でも使わせてもらったところ、とても美しい紫色に染まり感動しました。

昔ながらの手仕事は時代に逆行しているように見えますが、温故知新でそこからまた新しい物を作っていくこともできるので、貴重な経験を積むことができ、本当に良かったと思います。



今年の米川の水かぶり情報！

ユネスコの無形文化遺産に登録されたことで、今度の本祭には沢山の人が訪れることが予想されます。米川の水かぶり保存会や登米市ではシャトルバスの増便や仮設トイレの増設、人手の確保など対策に取り組んでいます。また、地域おこし協力隊の事業としては、下記の5つを計画しています。

- ①水かぶりA4ちらしを作成（年末～年始に関係各所に配布予定）
- ②水かぶりPR人形「水かぶっ太郎」3体目を制作
- ③1/12（土）にボランティアガイド講座を開催
- ④1/20（日）に「米川の水かぶりユネスコ登録記念 ジャズともちつきと凧あげ」を開催（水かぶり宿のもち米でもちつきをし、水かぶりの絵を描いた凧を飛ばします）を開催
- ⑤「米川ガイド」の再版

▲②の水かぶっ太郎3体目の藁衣装は2区の沼倉祐之さんにすでに作って頂きました♪
③と④は参加者を募集していますので、ぜひお気軽にご参加下さい！



■ ■ ■ 米川の水かぶり ■ ■ ■

開催日時 平成31年2月2日（土）9:30～（10:30出走）

催事会場 大慈寺山門広場 催事内容 市内の伝統芸能の披露、豚汁のふるまい、ふるさと美味しいもの市、火伏せのお守りや水かぶり特製グッズの販売、俳句や写真の展示等

◎10:20～11:30まで会場周辺で交通規制あり。

◎付近に無料駐車場あり。（米川公民館駐車場、旧ウジエスーパー跡地、JA町下倉庫など）

◎市役所迫庁舎～東和支所～大慈寺前までシャトルバス運行予定。（詳細は東和支所へ 53-4111）

1/17（木）よねかわ手仕事カフェ 刺し子の会 参加者募集

今年最初の手仕事カフェです。寒い冬だからこそ、温かい部屋でちくちく縫い物がはかどりまします。たまには皆でお茶を飲みながら手を動かすのも楽しいですよ♪初心者さんも歓迎ですので、お気軽にご参加ください！

日 時 1月17日（木） 13:30～15:30

場 所 米川公民館 日本間

講 師 平井由紀子さん（紬-tsumugu-）

持ち物 裁縫道具

材料費 500円

申込み・問合せ 地域おこし協力隊・鈴木まで（下記参照）

問合せ 地域おこし協力隊 鈴木まで

☎070-2011-1806 Eメール：yonekawai88@gmail.com（火～金は公民館にいます）

よねかわ情報コーナー(催し物)

米川新春懇談会

1月20日(日) 10時

功労者表彰、ジャズバンド演奏、餅つき他



米川 地域おこし協力隊募集

都市部から米川に転入できる方が対象です
ターン もしくは UターンでもOK

任期…平成31年4月1日以降、1年更新(最長3年)

勤務時間…週4日勤務 7時間15分/日

年齢…20歳以上50歳以下 報酬…166,500円/月

※心当たりがありましたらご紹介ください

詳しくは米川公民館 館長まで

1月の予定

1	火	元日、公民館休館日
2	水	公民館休館日
3	木	公民館休館日
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	シニア体力づくり愛好会
8	火	
9	水	泉趣会、かた竹愛好会
10	木	長生大学運営委員会
11	金	執行部会、東和町バレー協会
12	土	
13	日	
14	月	成人の日、シニア体力づくり愛好会
15	火	
16	水	泉趣会
17	木	あばせグランド・ゴルフ、柳絮句会
18	金	
19	土	
20	日	米川新春懇談会
21	月	シニア体力づくり愛好会
22	火	リ体操愛好会

23	水	泉趣会、かた竹愛好会
24	木	あばせグランド・ゴルフ、第5回地域づくり計画策定委員会
25	金	東和町バレー協会
26	土	
27	日	
28	月	シニア体力づくり愛好会
29	火	リ体操愛好会
30	水	泉趣会
31	木	あばせグランド・ゴルフ

2月の予定

1	金	
2	土	米川の水かぶり
3	日	
4	月	シニア体力づくり愛好会
5	火	リ体操愛好会
6	水	泉趣会、かた竹愛好会
7	木	あばせグランド・ゴルフ
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	建国記念の日、シニア体力づくり愛好会
12	火	ふれあいリ体操愛好会

※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30年11月末現在

行政区	世帯数	男	女	計(人)	前月比
1区	158	139	157	296	△2
2区	100	134	128	262	1
3区	111	154	159	313	1
4区	100	133	115	248	0
5区	75	104	107	211	1
6区	86	124	117	241	0
7区	65	94	100	194	△2
8区	116	112	134	246	0
9区	61	64	93	157	0
10区	38	61	48	109	2
計	910	1,119	1,158	2,277	1

編集後記

明けましておめでとうございます。皆様穏やかなお正月をお迎えのこととお慶び申し上げます。今年では元号が変わりますが、小職の予想では新元号には明治以降のイニシャルと被らない文字となりそうな気がします。M・T・S・Hときたので、ア行・カ行・ナ行・ヤ行・ラ行。たとえば「安久」とか？

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/>

