

北般若だより

2025 年(令和 7 年)10 月 1 日
第 343 号
北般若自治振興会
北般若公民館

9/21 オータムコンサート開催

第12回目となる北般若公民館主催のコンサートが 9 月 21 日(日)14:00より公民館ホールにて開催されました。恒例のプロの演奏家を招いてのコンサートです。

今回は、フルートの一ノ瀬浩子さん、電子オルガンの村上めぐみさんをお招きし、『秋の色彩に心奪われるフルートと電子オルガンの調べ』と題して、剣の舞、アルルの女から始まるクラシックと夏の思い出、紅葉、赤とんぼなど秋らしい童謡と唱歌も交えたプログラムでした。それぞれの楽器紹介もあり、フルート(笛)が、昔狩りをしていたころの人間が骨の髄を吹き飛ばすときに音がしたことより始まった楽器で、世界一古い楽器であること。電子オルガンは、教会のパイプオルガンがベースとなり作られた日本が発生の楽器であることなど、それぞれの楽器への知識も広まり、より興味を持って聞くことができたと思います。



前半は、美しいメロディのクラシックが演奏され、後半には、童謡や唱歌が演奏されると会場のみなさんも口ずさんだり、手拍子を打ったりして楽しんでいました。「水戸黄門のテーマ」の演奏前に、この曲にはラヴェル作曲の有名なボレロのリズムが取り入れられているという説明があり、演奏時はみんな手拍子でリズムを取り、曲を堪能されていました。少し残暑も和らぎ、さわやかな秋風が吹く午後のひと時、プロの生演奏に酔いしれた癒しの時間でした。

高田修市

令和7年産 水稻生育状況

令和7年の生育状況については、田植え以降順調に推移しましたが、6月～7月上旬にかけて記録的な高温となり、早生を中心に刈り取りが早まりました。主力品種であるコシヒカリについては稲の活力維持のため7月下旬に追肥を行ったことから、平年並みの生育となりました。8月以降も記録的な高温少雨となり、品質への影響が懸念されましたが水管理の徹底により、高品質な“とやま米”となっています。稲刈りについては、早生は8月20日頃より、コシヒカリは9月上旬より行われています。

また、昨年から続く品薄の影響から令和7年産出荷契約米の概算金については、コシヒカリで昨年より1俵当たり 10,000 円プラスの 26,000 円になっています。

JA高岡 営農部 二谷

高齢者の用水転落に注意

私たちの住む地域には、水路がいろいろなところにあります。水路に落ちてけがをする事故が多発しています。家族が知らない間に出かけ、用水路で倒れて見つかるケースが目立ち、幅 50 センチ以下、水深数センチの流れでも亡くなっています。



【事故にあわないための 5 つの心がけ】

- じ 自分は大丈夫の意識を改め、余裕の行動を
 - こ 高齢者・子供たちとのコミュニケーションで声掛けを
 - な なれた道でも水路沿いは安全確認
 - く 草刈り・水管理は一人での作業は極力避ける
 - す 水路は昼と夜で危険度が違う、暗い所は特に注意
- 県内の用水転落死亡事故のうち、約9割は65歳以上の高齢者です。「自分は大丈夫」との意識を改め！なれた道でも水路沿いは注意し事故を防止しましょう。

北般若地区等の動き

10/ 4 戸出東部小学校 学習発表会
10/16 なのはな元気教室



食事と栄養を考える会

8月23日『低栄養を予防しよう！』と題し、北般若食生活改善推進員をお招きし食事と栄養を考える会を開催した。低栄養による「筋力の低下、体力免疫力の低下、骨量の減少、認知機能の低下」の発症と、悪循環を断ち切る必要性を勉強した。また上半身やお尻や膝裏足首などのストレ

ッチで汗してから調理実習に入った。副菜は「枝豆と昆布のふんわりナゲ



ット」で、木綿豆腐の水気とりと油を1センチと少なめの揚げ焼き。もう一品は「オクラときゅうりの梅和え」で、オクラの短めの茹でのシャキシャキ感と梅肉のコラボにドキッ。主菜は「ニラともやしのごま味噌うどん」、あまりないじみがない豆乳に、うどんを加え沸騰させないで温めてニラを。最後は全員で食して一人ひとりエポックめいたコメントや感想を話し合っ共有、新しい元気も頂き、ごちそうさまでした。

西部金屋の世話人

吉住老人クラブ「寄り合いカフェ」

9月7日(日)吉住集落センターで吉住老人クラブ主催の「寄り合いカフェ」が開催されました。心と体のリフレッシュ、みんなで作るコミュニティーカフェをチャッチフレーズに気楽に参加できるお茶会として開催され、当日の飛び入り参加も OK という自由な会です。5～6名のグループに別れ、お茶とスイーツを囲んで、好きな会話を楽しむ会です。当日は、24名の方が集まり、好きな人たちと旅行、家族、趣味等、日常生活にまつわる話題にて盛り上っていました。

老人クラブ会長 の涌井信輔さんによると、今回が第2回とのことにて、少しでも魅力のある老人クラブにしたい、コミュニケーションの機会を設け、好きな人たちが集まり、自主的に活動できる新しい会に発展していけたら良いと思っているとのことでした。

高田修市



民生委員としての取り組み

民生委員の役割の一つに、高齢の方や障がいのある方の安全を見守るということがあります。そのために、地域の皆様の力をお借りしています。例えば、高齢の方が一人暮らしであると分かったとき、ご本人の了解を得て、近隣の方に、日頃の見守り、非常時の声かけや民生委員への連絡等をお願いしています。

非常時というのは、自然災害のような場合もあれば、「あれ？何かいつもと様子が違う」といった状況など、いろいろな場合が考えられます。自然災害時は、全ての人の人にとって緊急事態ですから、役割に限らず気付いた人、可能な人どうしで助け合うことができれば、自力での避難が困難な方々も安心できると思います。

私は、日頃から自分の取組について、支援が必要な方をしっかりと把握できているか、また、求められるような見守りができているか等、自信もなく不安に思っています。お気付きのことがあれば、何なりと教えていただければ幸いです。

大清水 民生委員 清雄修司

支え合う地域づくり

西部金屋から高齢者を支え合う仕組みづくりの様子を紹介する。9月6日に地域と社協並びに包括支援センター協働で、高齢者や支援を必要とする世帯を把握して、災害時にも取り残さないための「支え合いマップ」を



手段として作成を進めている。民生委員、福祉活動員や集落のケアマネはじめ自治会委員で全117世帯の大きな地図を前に議論、高齢者を定義し、一人高齢者、日中一人高齢者、終日複数高齢者世帯、施設常駐者の家などを特定し色分した。支援が必要な方とお世話できる人も見える化した。災害時の全戸の避難経路も地図に記した。次回は支援が必要な方への支援策とアプローチを検討する予定。完成後は定期的に見直しを図りつつ自主防災会とも連動させていく。

支え合いグループリーダー

