夏斯德岛(1)

各総合支所管内での身近な出来事や話題などを毎月お知らせするコー

東予総合支所

〒799-1394 周布349番地1 TEL0898-64-2700 FAX0898-65-4363

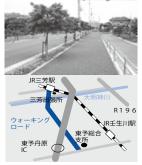
「脱、メタボラー! レッツ ウォーキンぐ~!!」 《ウォーキングロード》

「メタボリック・シンドローム」・・・ 最近よく耳にする 言葉ですが、日本語では代謝症候群と言われ、内臓脂肪の 蓄積が主な要因で、糖や脂質の代謝が低下し、動脈硬化の 発生率が高くなり、さまざまな病気を引き起こしやすくな ります。そこで、メタボリックの解消に効果があることで 注目されているのが「ウォーキング」です。

ウォーキングは、脂肪燃焼の効率が良い、高脂血症・動 脈硬化の改善、持久力向上で体質改善の効果が図られるな ど、気軽にできる健康法のひとつです。

今回ご紹介するのは、東予地域でウォーキングの絶好の 場所として知られている「ウォーキングロード」です。東 予総合支所から北交流センター(三芳地区)までの市道楠 浜北条線の約3.5kmの幹線道路沿いにゆったりと整備され た歩道で、平成13年にこの区間全線に照明設備が整備され、 昼夜を通してウォーキングを楽しめるようになりました。 今の時期、日が暮れて涼しくなってから仲間同士で楽しく ウォーキングをしている人や、ウォーキングをしながらボ

ランティアでゴミを拾っている人 などの姿も見られます。ただ、気 軽にできるウォーキングですが、 無理はしない、水分を補給するな どの注意が必要です。1年を通し てできるウォーキングは、四季の 移り変わりを体で感じることがで きます。さあ、今日から楽しくウ ォーキングをはじめ、メタボラー からの脱却をめざしましょう。



丹原総合支所

〒791-0592 丹原町池田1733番地1 TEL0898-68-7300 FAX0898-68-4769

「これが ホントの青田刈り!!」

《心をつなぐ三世代交流事業》

夏休みも大詰めの8月29日、丹原町池田の田んぼで、時 ならぬ青稲の刈り取り風景が…!?

これは丹原小学校PTA池田支部(渡部克彦支部長)と 池田老人クラブ員、そして丹原小4~6年生児童ら約30人 による農業体験を通した三世代交流でした。

本来なら10月中旬、黄金色に実った稲穂を収穫するはず なのに、やっと穂が出始めたばかりの青々とした稲を、な ぜ今刈り取ってしまうのでしょうか?

同支部では昨年、地域に呼びかけて小正月行事「とうど うさん」を復活。伝統継承と世代間交流が目的でした。予 想以上の好反響を得て、今年は材料の藁(わら)も農作業 体験を兼ねてみんなで調達することになりました。稲が実

る前に刈り取るときれいな藁ができると聞き、地域の有志 のご協力で約5アール分の稲苗を育ててきました。三世代 で力を合わせて刈り取り、束ね、稲木に架けた青稲は、乾 燥させた後倉庫で保管し、とうどうさん作りを待つのです。

渡部さんたちがめざすのは、みんなが自発的に参加でき、 楽しみながら触れ合えるような活動。 "この子どこの子で はなく、どの世代も顔が見え、名前のわかる人と人とのつ ながりを復活させたい"という今後の交流活動に、地域の 人々からも大きな期待が寄せられています。





小松総合支所

〒799-1198 小松町新屋敷甲496番地 TEL0898-72-2111 FAX0898-72-4048

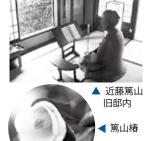
伊予聖人近藤篤山顕彰事業「篤山先生とその教育」 (伊予聖人 近藤篤山④)

7月号から3回に渡って、伊予聖人・近藤篤山をご紹介 してきましたが、地域の先人である篤山をもっと多くの人 に知ってもらい、その教育精神などを学ぶことによって心 豊かな教育文化を実感できるまちづくりをめざして、11月 3日に伊予聖人近藤篤山顕彰事業「篤山先生とその教育」 が開催されます。

メイン会場の小松公民館では、小松地域の小・中・高校 4校の児童・生徒が篤山について学んだ成果の発表や、記 念講演が行われるほか、篤山遺愛の椿「篤山椿」をはじめ とする小松地域特有の椿を中心とした椿写真展もあわせて 開催されます。その篤山椿の原木がある県指定史跡・近藤

篤山旧邸も当日のみ無料開放さ れますので、この機会にゆっく り見学してはいかがでしょうか。

また、小松温芳図書館郷土資 料室では、篤山関係資料の展示 や篤山の業績をパネルなどで紹 介する特別展が11月1日から29 日まで開催されます。今回、初 公開される資料もあり、当時の 文化や篤山の生活の一端が見ら れる特別展となっています。



文化の日には、歴史と文化のまちに伝わる伊予聖人・近 藤篤山の教えや教育精神に触れて、これからの教育や文化 について考えてみませんか。