

なかやまタイムス

中山地区公民館
伊予市中山町出瀬 2-138-1
TEL 967-1111
FAX 967-1101
中山町 (8月末現在)
人口 2,997人(-7)
男性 1,424人(-1)
女性 1,573人(-6)
世帯数 1,347戸(-1)



佐礼谷わんぱく塾生

わんぱく塾生が「敬老の日」のプレゼント作り

9月5日(水)、「中山・佐礼谷わんぱく塾生」がおじいちゃん、おばあちゃんに感謝して「敬老の日」のプレゼントづくりを行いました。

「佐礼谷わんぱく塾生」は、輪切りにした木片におじいちゃん・おばあちゃんの似顔絵を描き、裏面には「いつもありがとう」等の感謝の気持ちを書きました。また、「中山わんぱく塾生」も板材に思い思いに絵を描きかわいいプレゼントが完成。おじいちゃん、おばあちゃんへ手渡すのがとても楽しみの様子でした。



中山わんぱく塾生

地域で温かいおもてなし
ご長寿 おめでとうございます



写真左=米寿のお祝いを受けられる坂見宣恵さん(左)と白石昌弘さん(代理)

「泉町広報区」敬老会

9月9日に中山地域事務所で開催された「泉町広報区」の敬老会には約50人が出席。余興では「おとっとと一座」による「座頭市」の出し物の他、カラオケなどで地域の先輩方のご長寿をお祝いました。

長年にわたって社会に貢献してきた皆様のご長寿をお祝いし、各地域で敬老会が開催されています。今年中山地域の敬老会対象者(75歳以上)は870名。うち米寿の方43名、卒寿の方28名。また、100歳以上の方も4名いらっしゃいます。ご長寿おめでとうございます。



ジャンケンゲーム等で盛り上がりました

「東町広報委員区」敬老会

9月9日に中山地域事務所で開催された東町広報委員区の敬老会には関係者ら17人が出席。ゲームやレクリエーション等があり、参加者の皆さんは会話を交わしながら楽しいひとときを過ごされていました。

~中山町文化財紹介~ (第22回 ムクノキ)

中山町栗田 烏帽子之森三島神社 (伊予市指定有形文化財)

ニレ科。幹周は胸高510cm、株元より150cmで二股に分かれていて、その部分が空洞になっている。樹高20m、推定樹齢400年以上。

ムクノキは暖地の山林に広く自生する落葉高木で、よく繁茂するため、屋敷内や道路わきに植えられることがある。

雌雄同様、春に新枝に雌花・雄花を別々につけ、秋には径1cmの果実が熟し野鳥の餌になる。別名ムク、モク、ムクエノキ。神社境内の大杉とともに、ご神木として高められている。(中山史談会)



10月の行事予定	
1	月
2	火
3	水 中山・佐礼谷わんぱく塾
4	木
5	金
6	土
7	日 第47回中山地区大運動会
8	月 体育の日 野中地区運動会
9	火 行政相談
10	水 中山・佐礼谷わんぱく塾
11	木
12	金
13	土
14	日 永木地区運動会
15	月
16	火
17	水 中山・佐礼谷わんぱく塾
18	木
19	金
20	土
21	日 地方祭
22	月
23	火
24	水 中山・佐礼谷わんぱく塾 中山地区広報区長会
25	木
26	金
27	土 いよし市民総合文化祭(28日まで)
28	日 秋季囲碁将棋大会
29	月
30	火 第6回中山地区公民館GG大会
31	水 中山わんぱく塾



①バッティング用手袋②半そでTシャツ(Lサイズ)
③女性用シューズ(21.5cm・ピンク)④長袖Tシャツ(Lサイズ)⑤パーカー(白色)

5月のレクバレー大会、9月のソフトボール大会が開催された際の忘れ物を保管しています。心当たりのある方は、中山地区公民館までお問い合わせください。

忘れ物のお知らせ

運動会	幼な名の	絵手紙や	芋炊や	頭垂れ	余生にも	がちやがちの	ログハウス	曾孫より	代表
騎馬戦の孫	同級会や	にじんだ茄子の	幼な馴染みと	コンバイン待つ	道の幾多や	声の掠れて	語りし声や	似顔絵届く	西尾 芳子
遅しく	秋桜	墨の色	刻忘れ	稲穂かな	青みかん	止みにけりのぶこ	星月夜	敬老日	
芳子	はるこ	あきこ	かつこ	やすこ	ひでこ	いてん		巖	

秦皇山俳句会 作品集

夜間、「会議室・体育施設」使用について

今年度から中山地域事務所は、22時~翌8時30分の間、職員が不在です。

会議室・体育施設等を利用する方は、必ず22時までに、鍵・日誌の返却を済ませて下さい。

.....館長のひとりごと..... NO. 28

暑い暑いと言っているうちに、あっという間に10月。道端には秋を感じさせる彼岸花が咲き、朝晩ようやく涼しさを感じられるようになりました。ところで、8月末で中山町の人口がとうとう2,997人にまで減少してしまいました。先日、「中山行進曲」の練習をする子どもたちの元気な声が聞こえてきた。昭和の初めから中山小学校の運動会で披露されてきたと云われる伝統種目。私たちの時代は「人口1万有5百 戸数は1千9百余戸 開け行く世の中山は・・・」と覚えたものだった。資料によると確かに昭和25年には人口1万553人、世帯数1,974世帯となっていた。しかし、ここ数十年毎年約100人ずつ減少しているのが現実。年々、中山地域からモノがなくなり人がいなくなる。今の時期、運動会の真只中、子どもたちの成長に驚くとともに少ない人数でも頑張っている姿に元気づけられる。数年後はどうなっているのだろう? この姿がいつまでも見られますように・・・

野中Aチーム（Aブロック）2連覇

中山地区公民館ソフトボールフェスティバル

9月2日（日）、長沢グラウンドにおいて、「第13回中山地区公民館ソフトボールフェスティバル」が開催されました。

当日は各支館から15チームが参加。3ブロックに分かれて熱戦が繰り広げられました。その結果、Aブロックでは野中Aチームが2連覇をされました。

以下、試合結果は次の通りです。

- 【Aブロック】優勝：野中A 準優勝：泉町二・三・四
- 【Bブロック】優勝：東町 準優勝：豊岡一
- 【Cブロック】優勝：豊岡二 準優勝：門前A



【Aブロック優勝】野中A



【Bブロック優勝】東町



【Cブロック優勝】豊岡二区

介護予防と健康増進を目指しています

「おもいで歌体操」は介護予防や健康増進を目指した内容で、馴染みの曲に合わせて歌いながらできる運動です。

「中山歌体操教室」は、3年前の介護予防教室がきっかけで始まりました。現在、会員は12名。

昨年は揃いのTシャツで、なかやま芸能発表会や佐礼谷ふるさとまつりにも出演しました。今年はひめぎんホールで開催される「愛媛県生涯学習まつり」への参加も決まり練習に励んでいます。



会員は60歳代から90歳まで年齢は様々ですが、皆さん始めた頃に比べ姿勢が良くなり、歩き方も若返り表情もイキイキとされているように感じます。歌体操だけでなく、種々の活動に邁進されて「生涯現役」を実践されています。只今、会員募集中！一緒に歌いながら楽しく体操しませんか？



「中山歌体操教室」会員の皆さん

代表 金岡 紀美子 さん

中山歌体操教室



「平沢カラオケ愛好会」の皆さん

代表 大野 優 さん

平沢カラオケ愛好会

情報交換の場として大いに楽しみ

私たち6人は、毎月第2土曜日に平沢集会所で毎月発売されている新譜新曲を習っています。7曲の中から1曲をテーマ曲として選び、初めに模範歌唱を3曲程度流した後、楽譜を見ながら1人ずつで歌い修正箇所は直します。全員が3回程度歌いマスターします。

始めて5年。それぞれ個性豊かな上達があり進歩しています。前回のテーマ曲を忘れずに歌いお互いの絆を深め合っています。

毎年、地区の一大イベント「平沢まつり」でもカラオケで大活躍しています。また、地区内の出来事など話し合いを率先して、第三者の田畑の草刈り作業を年に2・3回行っています。

仲間とともに交流を深められ、情報交換の場として大いに楽しんでいます。

皆さんも一緒に歌ってみませんか？



一緒に笑顔で楽しく活動しませんか！

皆さんは、高齢になってからも自分自身が、「いつまでも元気で生き生きと過ごしたい」「身体が自分の思うように動く状態でありたい」「健康で自分の趣味を楽しみたい」などと、思うことはたくさんあるのではないのでしょうか？

そんな皆さんのために、町内で生き生きと活動されているグループの皆さんを紹介いたします。皆さんも一緒に参加して楽しく活動しませんか！



「3B体操」とは、3種類の用具、ボール、ベル、ベルタを使用することから、その頭文字を取って、「3B体操」と名付けられた健康体操です。特長は、用具を使用することで「遊びの要素」を取り入れながら、誰でも「気軽に」そして「体に無理なく」楽しむ

誰でも無理なく楽しく

代表 堀川 富美子 さん

3B体操



「3B体操」会員の皆さん



むことができる体操です。

その効果として①生活習慣病の予防・改善②ロコモティブシンドローム予防③怪我の予防④心身のリラクゼーションと認知機能改善などがあげられます。

音楽のリズムに合わせて、金曜日の夜に和気あいあいと楽しく体を動かしています。

どなたでも、お気軽に体験にお越しください。

永木支館スポーツ大会

8月26日（日）、永木体育館で地域住民の親睦をより一層深めようと「永木支館スポーツ大会」が開催されました。

当日は、地域の皆さんら約60人が参加。レクバレーを通して親睦を深めました。



レクバレーで親睦を深められた大会

野中老人クラブ 県老人クラブ会長表彰受賞

9月6日（木）、ひめぎんホールで開催された「第58回愛媛県老人クラブ大会」において、「野中老人クラブ」が愛媛県老人クラブ会長表彰を受賞されました。

当クラブは、会員加入促進活動に積極的に取り組み、昨年度より会員数が7名増となりその功績が認められたものです。



代表で表彰を受けられた石田利男 会長

中山老人クラブ幸梅園と交流会

8月27日（月）、中山老人クラブ会員30名が「なかやま幸梅園」を訪問し交流会が行われました。初めに井手窪会長から日用品等が施設利用者の代表に送られた後、会員の皆さんがカラオケや吟詠のほか舞踊等を披露。最後に「ふるさと」を全員で合唱し、久しぶりに会った皆さんと会話を交わす等楽しいひとときを過ごされました。



会員のカラオケや舞踊等で交流を深めました

中山町の高齢化率は51.4%

8月末現在の中山町の人口は2千九百九十七人。うち65歳以上の人口は1千五百三十九人で高齢化率は51.4%です。市全体の高齢化率は三二・七%、双海町は四六・八%で中山町は本市で高齢化率が最も高くなっています。

旧大字別では中山地区が五〇・〇%、出淵地区が四八・六%、佐礼谷地区が五九・〇%、栗田地区が六六・〇%となっています。

平成30年8月末現在

区分	男	女	合計	高齢化率(%)
総人口	1,424	1,573	2,997	
うち65歳以上	658	881	1,539	51.4
中山町中山	555	613	1,168	
うち65歳以上	253	331	584	50.0
中山町出淵	587	643	1,230	
うち65歳以上	252	346	598	48.6
中山町佐礼谷	258	291	549	
うち65歳以上	140	184	324	59.0
中山町栗田	24	26	50	
うち65歳以上	13	20	33	66.0