



▲ 8020 表彰式に出席した皆さん。
自慢の歯が光ります。

はちまるにいまる

8020 表彰を 61 人が受賞

80 歳になっても 20 本以上自分の歯がある人を表彰する 8020 表彰を 12 月 8 日、安来中央交流センターで行いました。表彰式は、健康寿命の延伸を目指そうをテーマに開催したイベント「第 5 回食と歯のフェスティバル in やすぎ」に合せて開催。該当する 61 人のうち 20 人が出席しました。

受賞した佐久保太さんは「歯医者者のアドバイスを受けながら毎日 3 回の歯磨きと、歯間ブラシを使って歯のケアをしています。固いものを食べることと、歯だけでなく体の健康にも気を使っています」と話していました。



人権に思いを寄せて

12 月 4 日からの人権週間に合わせて「人権フェスティバル・つなげて未来や 2019in はくた」を 12 月 8 日に伯太中央交流センターで開催しました。会場では、市内中学校生徒会が取り組んだ「いじめ撲滅宣言」や人権の花の絵コンテスト作品の展示をはじめ、協賛する団体の啓発体験、ブース出店などがあり多くの人が訪れていました。

ステージイベントの「少年の主張」では伯太中学校の生徒が発表。梅瀬裕佳子さん（2 年生）は「他



まちの話題や出来事を紹介します



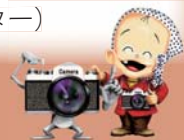
このマークの記事は、関連写真を「市公式フェイスブック (FB)」で公開しています。



おもちを食べやすい大きさに丸める作業をお手伝い。つきたての良い香りが食べるのを待ち遠しくさせます。

(12 月 10 日：健康福祉センター)

今月の一枚



◀ 「少年の主張」で発表する伯太中学校の生徒。

人から伝えられたことでやさしさを持つことができました。その友達に感謝しています。私は感謝や思いやりを他人に伝えられているだろうか」と自身の体験を交えて話していました。また、山本愛華さん（3 年生）は「人は好みや感じ方が違います。その個性は否定できません。いじめや差別が無くならないのは相手を理解しないからではないでしょうか」と個性の大切さを訴えていました。

ステージではこのほか、猿まわし芸人・村崎耕平さんの講演会や安来高校の生徒による安来節などを行いました。

地域住民の力で健康を保つ

健康を意識した食習慣を身につけてもらおうと12月14日、能義交流センターで「親子でチャレンジ！お花の巻き寿司作り」が行われました。

当日は、能義地区の親子36人が参加。子どもたちは巻きすの使い方を教わりながら、楽しそうに巻き寿司を作っていました。

主催した能義地区健康推進会議は、この程、島根県が表彰する「健康長寿しまね推進会議会長賞」を受賞しました。これは、熱心な健康づくり活動や生きがい活動で、地域や職場における健康増進、介護予防に貢献したグループが選ばれるもの。同会議の選定理由は、幅広い世代が参加する継続的な活動姿勢と、体だけでなく心の健康も意識するなど、きめ細かな活動をしていることが評価されました。

國重光美会長は「自分の健康は自分で守らなくてはいいけません。地域住民みんなの力で焦らず継続して続けてきたことが結果に表れてよかったです。これからも焦らず活動を続けていきたいです」と話していました。



▲参加した子どもたちは、お花の巻き寿司を想像しながら楽しく調理できました。



▲同会議は、能義地区8町内の住民全員が会員。成人・高齢者保健部会、親子保健部会に分かれ活動をしています。また、PTAとの連携や健康推進委員の設置などで地域住民の健康維持を積極的に働きかけています。

きねと臼でおもちつき

親子でもちつきを体験することで、食育につなげようと12月10日、「みんなで楽しくおもちつき」を健康福祉センターで行いました。毎年開催するこの催しのポイントはきねと臼を使って行う点。昔ながらの方法で子どもたちが日本の伝統に触れることができます。

もちつきの最中は、周りから「よいしょ、よいしょ」というかけ声が。子どもたちはリズム良くおもちをついていました。完成したおもちは、みんなで一緒に味わいました。



▲当日は11組の親子が参加しました。

やまんば 山姥が賑わいに一役

天保年間から続く伝統行事「母里市」が12月25日、伯太町母里で開催されました。正月飾りや食材などが並ぶこの市には、山姥がお金を配って賑わせたという伝説が残ります。この伝説にちなみ現在は「母里市やまんば祭」と銘打って、山姥を装ったスタッフが、来場者に福引券やお菓子を配っています。

同祭実行委員会の梅瀬繁人会長は「楽しみにしておられる人がいますので、これからも年末の恒例行事として続けていきたい。この祭が年の瀬の賑わいと地区の活性化につながればうれしいです」と話していました。



▲訪れた認定こども園母里の園児にあめを配る山姥。