ふるさと大内だより

鹿狼

～歴史の里　大内～

令和８年　１０月発行
第１９９号（通算581号）
編　集　発　行
大　内　地　区　協　議　会
９８１－２５０１
丸森町大内字横手82-1
電話　７９－２００４
大内の人口と世帯数(８月末現在)
人口：1834人　世帯数：793戸

１０月の行事予定

１日(木)	行政区長定例会
２日(金)	新相馬節全国大会順番打合せ会
５日(月)	民生児童委員定例会
７日(水)	いきいき元気クラブ
８日(木)	１０月検診(９日まで)
８日(木)	寒露(露が冷気にあたって凍る頃)
９日(金)	第１回健康運動教室
１２日(月)	丸森町鎮魂の日(サイレン吹鳴)
１５日(木)	新相馬節全国大会役員会
１６日(金)	健康ウォーキング(松島オルレ)
２１日(水)	行政相談(巡回)
２３日(金)	霜降(霜が降り始める頃)
２７日(火)	第２回文化祭打合せ会
２８日(水)	第２回健康運動教室
２８日(水)	いきいき元気クラブ
３０日(金)	行政区長定例会
３０日(金)	ボランティアの会ウォーキング
３１日(土)	歴史探訪ウォーキング・筆甫地区

１０月１２日は丸森町鎮魂の日です

１０月１２日(月)は丸森町鎮魂の日です。午前１０時にサイレンが吹鳴されます。令和元年の台風１９号災害の犠牲者に対する追悼のためサイレンに合わせて黙祷の協力をお願いします。

当時の山村広場の様子



第54回ふるさと大内文化祭出品作品を大募集します！

ふるさと大内文化祭の出品作品を募集します。日頃から作品作りをしている方もそうでない方もこの機会に日頃の成果を発表してはいかがでしょうか。皆さんからの申し込みをお待ちしています。

開催日時：１１月７日(土)、８日(日)　午前９時～午後３時
※８日(日)は正午まで
開催場所：大内まちづくりセンター
申込方法：１０月１日付の全戸配付チラシの出品申込書を１０月３０日(金)まで大内まちづくりセンターに提出して下さい。
そ の 他：作品の搬入、搬出は各自になります。
搬 入 日：１１月６日(金)午後２時30分～午後３時30分
搬 出 日：１１月８日(日)正午以降に搬出して下さい。



集落支援活動報告



久々の晴れ間にボランティアの会ウォーキング開催

９月１４日(月)にボランティアの会ウォーキングが行われました。久々に雨が上がり何カ月ぶりかの青空を見ながらまちセンを出発しました。徳寿坊公園を通り、上町方面から下町の愛宕神社にお参りをしました。途中、長雨でぬるついていた石段を踏み外しそうになりましたが無事に帰ってきました。前日の肌寒さがうそのような蒸し暑さで皆さん解散するときは汗びっしょりでした。いい汗かきました！





保健福祉部会　健康ウォーキング
みんなで歩こう奥松島

１．日　時　令和８年１０月１６日(金)大内まちづくりセンター午前８時 30 分集合
２．募　集　２０名　程度
３．参加費　１人　２，０００円（昼食代等 当日集金）
４．行　程　5㎞２時間コース、縄文村歴史資料館見学等
５．申込方法　大内まちづくりセンター（☎79-2004）へ電話で申し込み
６．申込締切　１０月９日(金)迄（定員になりしだい受付終了）
※歩きやすい靴、服装、雨具持参で参加して下さい。(少雨決行)詳しくは９月１５日付けの全戸配付チラシをご覧下さい。



丸森小学校　ふるさと学習　民謡教室開催

９月１５日(火)に丸森小学校にて４年生を対象とした民謡教室が行われました。大内中央民謡会の富倉さんより、民謡歌手の初代鈴木正夫さんの生涯を描いた紙しばいが紹介されました。歌を交えての紙しばいにみんな聞き入っていました。その後、小関先生の指導で新相馬節をみんなで合唱しました。



集落支援とは？：地区や集落の維持・活性化を目的とした支援活動です。大内地区協議会は、丸森町から集落支援業務を受託。地域の巡回訪問などを通して①現状を把握し、②話し合いや検討を支援・実施、③地域の課題解決や活性化に向けた取組や支援をしています。情報やお問合せは大内まちづくりセンターへ
【ＴＥＬ：79-2004　ＦＡＸ73-3008　メール：ouchi-kou@town.marumori.miyagi.jp】





生涯学習推進協力員だより

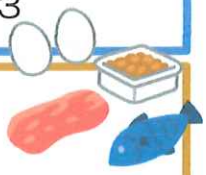
田辺　中村輝幸

自分が小学校の頃、おじさんがバイクのエンジン単体を始動している所を見てとても不思議に思い、どうして？そこからエンジンに興味を持ち始動出来なくなったバイクのエンジンを分解し中を見てみたら『何でこんなんでエンジンがかかるの？？』の状態でした。それから数年後、整備士になり自動車レースに興味を持ち自分もサーキットを走りたいと思うようになり、登竜門である(自分が思ってるだけ)ジムカーナ競技に自分で分解し組んだエンジンで参加し優勝したこともありました。そして、今現在６６歳、sugo サーキットで素人レースで優勝とかして楽しんでおります。今後も孫と走れることを楽しみに走り続けていきたいと思っております。

らっくらくカフェおらんち～せっかくどうもなぁいん～

【認知症について話すカフェ】

日　時：令和８年１１月１３日（金）午前１０時～午前１１時３０分
会　場：丸森カフェ
内　容：ミニ講話「冬に向かっていつもの食事に一工夫～みんなの食事を聞いてみよう～」、認知症や介護に関する相談、茶話会
対象者：認知症の人や介護している方、物忘れが気になる方、認知症に関心のある方等
町内の方ならどなたでもご参加いただけます。
お茶代：500 円(ドリンク、デザート付き)
※当日、直接「丸森カフェ」へお支払いとなります 。
【問い合わせ先】保健福祉課内丸森町地域包括支援センター ７２-３０２３



食改だよりを寄稿頂きました

第２回食生活推進学級を９月３日(金)に実施しました。内容はフレイル予防についてです。年齢と共に進む体力の低下、食欲がなくなる、外出が少なくなるなどで、健康な状態から要介護状態の中間の事をフレイルといいます。早めに気付いて対策をとれば健康な状態に戻ることが可能です。日常生活で無理せずに何かをしながらできることを見つけましょう。



【日常生活で気を付けること】
体を動かす：台所や洗面台に立ちながら、台に手をついて
足をゆっくり動かす。左右１０回行う。
食事、栄養：バランスの摂れた食事、たんぱく質（肉、魚等）
はしっかり摂る。旬の食材を楽しむ。
社会とのつながり：おしゃべりや笑いで人とつながる。
要介護状態になる原因として、①高齢による衰え　②骨折、転倒　③脳梗塞等が挙げられます。

みんなの文芸（投稿作品）

【川　柳】
「パピプペポ川柳」
岩城南平　矢吹楯雄さん

苦労した友の言葉がパピプペポ
失敗を重ねて人間パピプペポ
趣味一つあって留守居もパピプペポ
飾らない言葉がとてもパピプペポ
見て学べ聴いて学べのパピプペポ
喧嘩するほどの遺産はパピプペポ



ボランティアの会
ウォーキングのお知らせ

楽しく歩いて健康づくり！皆さんも一緒に歩いてみませんか？

１０月は下記の通りです。
・１０月２６日(月)午前９時３０分～
大内まちづくりセンター集合、出発

保育所だより

【8月27日(木)自然体験あそびに行ってきました！】

ぞう組の５歳児がたんぽぽこども園の５歳児のお友だちと一緒に、不動尊公園にて川遊びを楽しみました。ライフジャケットを着て川の中に入ると、水が冷たいもののその気持ちよさに歓声をあげる子どもたち。生き物を探したり、仰向けになって浮かび流れる感覚を味わってみたりして、丸森の自然の中での川遊びを満喫することができました。













十月のゴミ収集日

燃やせるゴミ…火曜日・金曜日
燃やせないゴミ……七日（水）
包装容器プラスチック…木曜日
びん類……五日（月）
その他プラスチック…十二日（月）
缶　類……十九日（月）
ペットボトル……二十六日（月）
紙類・衣類…十四日（水）・二十八日（水）

資源ゴミ



※使用済み乾電池は、まちづくりセンター事務局にお声がけ下さい。回収できる乾電池は、アルカリ、マンガン、充電式、コイン型、ボタン型、電子タバコ類、電化製品類バッテリーとなります。
なお、乾電池以外のものは、分別方法を確認し指定された曜日に地区の収集所に出して下さい。

作品等を投稿しませんか？

短歌・川柳・俳句尚趣味の作品や活動団体の参加者募集など大内地区の皆さんにお知らせしたいことをまちづくりセンターにお寄せ下さい。
締め切りは毎月十五日頃まで。趣味の作品についてはペンネーム投稿でも大丈夫です。お待ちしています。

