

秋空の下を元気に駆け回れ！



☆☆☆ も く じ ☆☆☆

- 保・小・中合同運動会ほか2P
- 子育て連早起き清掃活動ほか3P
- 私のひとこと4P
- コミュニティ協議会活動報告ほか ...5P
- 生涯学習資料館だよりほか6P

むつみ地域人口と世帯数
(2023. 8月末)

男性 595人(0)
女性 636人(0)
合計 1,231人(0)

世帯数 669戸(+1)
※()は前月比

むつみ保・小・中合同運動会開催!



9月9日(土)むつみ中学校グラウンド
 において快晴の青空のもと、むつみ保育園
 ・小学校・中学校合同運動会が開催されま
 した。

運動会のスローガンは「つなげよう 笑

顔のバトン くみんなで創る 最高傑作」
 で行われました。今年は、運動会の開始時間
 を早めたり、競技間で定期的な水分補給の時
 間を設けたりして熱中症対策が行われました。
 昨年まで新型コロナウイルス感染症防止により
 制限された内容でしたが、今回の大会では、
 地域の方を含めた観覧制限の無い通常の形式
 で行われ、みんなの笑顔や大きな声援で日々
 に盛り上がった運動会となりました。

特に、今年は、練習する日数が少ない中、
 園児・児童・生徒の皆さんが精一杯の力を振
 り絞ったパフォーマンスを發揮して観客の皆
 さんへ大きな感動をいただきました。



祝長寿おめでとうございます

9月16日(土)に開催を予定されていまし
 た「むつみ敬老祝賀会」は新型コロナウイルス
 ス感染症予防の観点から本年も昨年同様中止
 となりました。

今年の敬老の日では、むつみ地域内で75歳
 以上の方は459名おられ、そのうち米寿
 (88歳)の方は15名、卒寿(90歳)の方は
 18名、100歳以上の方は3名おられ、最高
 齢者の方は101歳でした。

対象者の方には、萩市やむつみコミュニテ
 イ協議会からお祝い品の贈呈がありました。
 なお、お祝い品の配付については、昨年度
 まで行政推進員さんへ依頼していましたが、
 個人情報保護法改正の関係から、今年は民生
 委員さんの協力をいただきました。

みなさんいつまでもお健やかで、ご長寿をお
 祝い申し上げます。



子ども会早起き清掃活動

9月2日(土)、むつみB&G海洋センターでむつみ子ども会育成連絡協議会による早起き清掃活動が開催されました。

当日は朝早くにもかかわらず、子ども会員や保護者はじめ26名の参加があり、会場周辺の草刈りやゴミ拾いを行いました。

参加者が頑張ったおかげで会場はきれいになり、参加した人たちも満足そうな顔をしていました。



きれいになって気持ちいいね～

むつみ小学校児童 防災設備見学

9月19日(火)、むつみ小学校4年生によるむつみ総合事務所の防災設備等の見学及び聞き取り調査がありました。最初に梅地 地域振興部門総括から「地震のメカニズム及び発生時の対応」や「災害時の避難先や避難先への移動方法等」について説明があり、その後、むつみ総合事務所の各種防災機器類を見学した児童たちは、大変驚いていました。

設備の見学後、児童からは「むつみ総合事務所での階が大丈夫なんですか」、「むつみ地区の防災計画はどういうのですか」など質問があり、今回の見学で児童たちの防災意識がより一層高まったようです。



秋の全国交通安全運動

9月21日(木)、秋の全国交通安全運動による交通安全パレードが萩市内で行われました。むつみ地域では、むつみ総合事務所前で歓迎式があり、むつみ保育園児による歓迎の演技で交通安全運動にエールを送りました。

翌日の9月22日(金)にはむつみ地域交通安全キャンペーンが鍛冶屋交差点付近で行われ、通行車両の運転手の方にキャンペーン用の啓発物を手渡して安全運転の声掛けをしました。終了後には、むつみ地域交通安全協会の会員の方が、むつみ地域内のカーブミラーの清掃を手分けされて行われました。ドライバーのみなさん交通事故のないよう安全運転をこころがけましょう。



むつみ保育園お祭り

8月25日(金)、むつみ保育園でお祭りごっこが行われました。部屋には、園児が手作りした提灯が飾られて、園内はお祭りの雰囲気でした。最初に園児全員によるむつみ音頭の踊りがはじまりました。踊りが終わると、各園児に手提げ袋が事前に渡され、2人1組でくじびきとお菓子やヨーヨー釣りの各コーナーを回ってお菓子等で袋一杯になり上機嫌でした。終わりに、用意されたアンパンマンやポケモン等キャラクターのお面を着けて、くじびきでもらったおもちゃの自動車を引いてお祭りを楽しんでいました。



ヨーヨー釣り楽しいな～

私のひまわり



「趣味」

あみもと しょうた
現住所 萩市椿
趣味 ランニング
読書

むつみ中学校 教諭 網本 翔太

この度むつみ中学校に赴任しました網本翔太と申します。自然豊かな平生町の出身で、中学校卒業後、高校、大学とずっと山口県で育ってきました。4年前に英語の教員として採用され、縁あって初任校から萩市にお世話になっていきます。萩に足を運んだのは、小学校の校外学習で城下町の探索をして以来でした。萩といえ

ばやはり歴史のイメージが強かったのですが、萩を散策してみると、菊ヶ浜をはじめとして美しい自然に囲まれた地であるという魅力も発見することができました。特に、むつみ地域は雄大な自然を感じる事ができる土地であるため、自然に囲まれて育った私としては本校に赴任できたことを大変うれしく思っています。

趣味は走ることで、時々萩市内をランニングしたり、陸上のクラブチームの手伝いをしたりしています。中学校に入学して、瞬発的な動きと球技が苦手という理由で選んだ陸上の長距離でしたが、指導者とチームメイトに恵まれたこともあり、陸上競技に魅了され毎日夢中で走っていました。1年生の秋頃からは部活動が終わって下校した後に30分走るなど、自主練習も始めるようになります。勉強よりもむしろ部活動を楽しみに学校に行っていました。陸上競技にささげた青春時代でしたが、陸上競技を通して得たものは何かと言われると、競技力の向上ではなく、「人としての成長」が真っ先に思い浮かびます。地道な努力を継続することの大切さ、真摯に物事に取り組む姿勢、礼儀やマナー、自己

管理など、競技を離れても大切なものをたくさん学ぶことができました(顧問の先生に叩き込まれました...)

教員となり学校で働いている現在、英語を教えたり部活動の指導をしたり、その他多くの教育活動の中で生徒と関わる時間があります。英語ができるようになった、速く走れるようになったといった成果だけではなく、多くの経験を通して生徒がその先の人生を生きる土台となる大切な考え方や力を身に付けることができるよう、むつみ中学校での教育活動に尽力したいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



コミュニティ協議会活動状況について

今年度も半年が経過しましたので、コミュニティ協議会の今年度の活動内容について報告します。

① 5月26日（金）コミュニティ協議会総会を開催。

② 各部署の活動内容

○ 生活環境・福祉部会

・ 7月21日（金）、敬老祝賀会開催の有無やお祝い品等について協議。

・ 8月1日（火）、敬老祝い品配布等について協議。

○ 地域活性化部会

・ 6月5日（月）、ふれあい盆踊り花火大会、ふるさとまつり開催について協議。（イベント開催スケジュール確認）

・ 8月4日（金）、むつみふれあい盆踊り花火大会の開催について協議。（役割分担や会場設営・当日の進行スケジュール等について具体的に検討）

○ 社会教育・体育部会

・ 8月24日（木）、むつみワクワク大運動会実行委員会を開催。（大会の役員や日程及び競技内容・部編成等について協議）

8月14日（月）に開催されたむつみふれあい花火大会会計収支報告

○ 収入

募金総額 714,931円

前年繰越額 314,106円

貯金利息 2円

収支合計 1,029,039円

○ 支出

花火代 660,000円

手続等雑費 19,550円

支出合計 679,550円

○ 差引残高（※） 349,489円

※ 来年度の花火大会用に積立てさせていただきます。

心のこもった、たくさんのご寄附をいただきありがとうございます
ございました。

令和5年度 第3回

糖尿病サロン 食事療法編

食欲の秋、秋の味覚を堪能されていますか？。新米に梨・ぶどう・栗・柿にリンゴ・焼き芋等々。糖尿病だから食べられない食材はありません。

昨年、管理栄養士 山下先生に「糖尿病の食事療法は、健康食です。よく噛んで食べる（一口30回）、野菜から先に食べる、ダシを効かせる。」などコツを教えてくださいました。

長く続けられる食事療法について学び、活動量の減る冬を乗り切り、血糖値を安定させましょう。

教えて！ 管理栄養士 山下先生

血糖値が上がらない食事って？
太らない食事って？



日時：11月2日（木）13:30～15:00

場所：むつみ総合事務所 2階農事研修室

内容：1 糖尿病療養指導体験レポート

長岡やまぐち糖尿病療養指導士より

2 糖尿病の食事療法のコツ

山下管理栄養士

申し込み：むつみ診療所 ☎6-0149

担当：野尻 妙子（やまぐち糖尿病療養指導士）



萩市むつみ生涯学習資料館(図書室)

へ蔵書しました どうぞご利用下さい

第169回 芥川賞・直木賞 受賞作

「ハンチバック」 著者 市川 沙央

本作は「ミオチユブラー・ミオパチー」という先天性の難病を抱え、身体上限られた選択肢の中から、自らの願いを成就させようとする物語である。

「極楽征夷大将軍」 著者 垣根 涼介
「木挽町のあだ討ち」 著者 永井紗耶子



「76歳。今日も良日」一年をとるほど楽しくなる70代の心得帖 著者 中尾 ミエ

16歳で鮮烈なデビューを飾って以来、60年。御年76歳となった中尾ミエさんが綴る書下ろしエッセイ。

「ドミノン上海」 著者 恩田 陸

徳間アニメ絵本

「フランダーズの犬」 原作 ルイズ・ド・ラ・ラメー
「あらいぐまラスカル」 原作 スターリング・ノース
「この世界の片隅に」 原作 こうの史代
「アーヤと魔女」 原作 ダイアナ・ウィン・ジョーンズ

むつみ診療所 10月のお休み

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

○受付時間にご注意ください。午前8:30~10:30
■は1日休診、▲は午後往診、出張又は発熱外来
※▲の日は、医師不在のことが多いので、可能な限り午前中に受診をお願いいたします。
問合せ(診療所) ☎6-0149

10月の行事予定

日	水	火	日	金	木	金
29日	25日	24日	22日	13日	12日	6日
文化祭	婦人がん健診	総合健診(高俣)	むつみワクワク大運動会	ふれあいソフトバレーボール大会	行政相談(吉部)	高齢者グラウンドゴルフ大会
むつみ小・中学校	総合健診(吉部)	総合健診(高俣)	むつみワクワク大運動会	ふれあいソフトバレーボール大会	行政相談(吉部)	高齢者グラウンドゴルフ大会

編集後記

9月も終わろうとし、もう少ししたら秋になろうとしているのに、日中の気温は30度近くあり、夏が終わる気配がありません。

季節の変わり目で気を付けたいのが、日昼夜の気温の寒暖差による体調不良です。山口県内でも新型コロナウイルスの感染者が増えてきていますので、皆さんも体調管理に気を付けてください。【岩本】