

むつみハハ通信

2025
3月
第323号



発行/吉部・高俣公民館 電話/6-0211-8-0211

2025.1.30(木)高俣公民館 ごみの分別教室



ごみの分別にご協力
ありがとうございます

プラスチック製容器包装とは
商品を入れたり包んだりしている
プラスチック製の
「容器」や「包装」です



×は「もやせるごみ」
で出してください

生ごみは水分を切りましょう！
ごみの量を減らすことができます
「食べ切り・使い切り・水切り」
の3切りで！

これは プラ容器 ？



これは プラ容器 ？



プラスチック製 容器包装

☆☆☆ も く じ ☆☆☆

- ごみの分別教室 高俣公民館他 . . . 2P
- むつみJVC(ジュニアバレーボールクラブ)他 . . . 3P
- 私のひとこと . . . 4P
- 野菜皮のカレーきんぴら他 . . . 5P
- 高俣公民館学級「振り込め詐欺」について他 . . . 6P

むつみ地域の人口と世帯数

(2025年1月末)

- 男性 558人(-1)
- 女性 592人(-2)
- 合計 1,150人(-3)
- 世帯数 638戸(-3)
- ※ () は前月比

ごみの分別教室 高俣公民館

1月30日(木)、今年度初めての高俣公民館主催「ごみの分別教室」が、むつみコミュニティセンターで開催されました。

今回の内容は、皆さんの関心が高く、30人の方が参加されました。萩市環境衛生課職員2人の方が講師として、「萩市ごみ収集早見表」の燃やせるごみ、プラスチック製容器包装、燃やせないごみ、資源ごみについて、実物を使って詳しく説明されました。特に、燃やせるごみの一部(飲料用紙製容器(牛乳やジュースパック)、雑がみ、古布類)を資源ごみにして出してもらうと、燃やせるごみの量が約1/2割程度の減少になり、住民のごみ袋代金の節約と、萩市も経費節減につながるのとことです。また、生ごみを出される場合は、水分を少なくしてもらおうと、ごみの重さが軽減され運搬がしやすくなり経費節減につながるのとことです。終わりに、参加者から多くの質問が出されて、今後のごみ環境の改善につながるかと感じられた教室となりました。



▲資源ごみで出す方がお得ですね。

節分「豆まき」むつみ保育園

2月3日(月)、むつみ保育園で毎年恒例の節分「豆まき」が行われました。

初めに、年長組4名から園児の皆さんに「節分の由来」についての話がありました。続いて、「鬼のパンツ」の体操で鬼退治の気分を盛り上げていました。園児の皆さんは、自分で作ったお面をつけて、「ゲームの鬼」や、「泣き虫の鬼」、「寝る鬼」を退治したいとそれぞれ発表をしました。いよいよ豆まきでは、鬼に扮した年長さんがいきなり現れ、鬼は容赦しないで誰かれなしに襲っていきましたが「鬼は外! 鬼は外!」と大声で、涙を流しながら逃げ回る子や鬼に豆をぶつけて追い払う子もいました。豆の効果もあり、やっとのことで鬼を追い払うことができました。終わりに、園長先生が「福は内」の声掛けでまいたお菓子を、みなさんが楽しそうに拾っていました。今年も園児の皆さんも元気にすくすく育つことでしょう。



▲♪鬼のパンツはいいパンツ～



▲鬼は外♪福は内～
パラッパラ パラッパラ豆の音
鬼はこっそり逃げていく～



むつみJVC (ジュニアバレーボールクラブ)

2月9日(日)に開催された第32回椿東大会で、むつみJVC(スポ少バレーボール)がB級で優勝しました。会場は萩市椿西小学校体育館で県内から20チームが参加しました。むつみJVCは、5試合を対戦し、決勝戦では、フルセット(21-14、18-21、15-12)の激闘の末、見事に勝利しました。6年生にとつて最後の大会になることから、チームのみんなが「勝ちたい!」という強い思いで、最後まで集中を切らすことなく戦いました。意外にも子どもたちは冷静で、保護者が一番盛り上がっていたそうです。これからの活躍を期待しています。



▲優勝おめでとうございます

現在、スポ少バレーボールへの会員募集をしています。興味のある方は、市民生活部門までお問合せください。(☎6-0211)

吉部・高俣公民館運営審議会

2月10日(月)、第2回吉部・高俣公民館運営審議会が農村環境改善センターで開催されました。最初に、高橋知子会長から「地域のいろんな行事を通じて人との交流やつながりを大切にしていきましょう。」とあいさつがあり、令和6年度の吉部・高俣公民館活動の取組とむつみ小学校・中学校の取組について報告・意見交換を行いました。

意見交換では、「運動会については、学校運動会の中に地域の方も楽しめる形にしてもらいたい。」「人口減少する中で、行事の見直しや子供たちとの交流を含めてみんなが楽しめるようにしてもらいたい。」「学校の文化祭では、高齢者の方や地域の方が楽しみにされているので、今後とも継続してもらいたい。」「ハハハ通信を楽しみに見ており、ゴミ出し等の生活情報が助かっています。」「という意見がありました。今後とも、公民館活動に対してご支援ご協力をよろしくお願い致します。



▲小中学校、春夏秋冬活動写真を見せてもらいました。



むつみ地域人権施策推進委員会

2月12日(水)、第2回むつみ地域人権施策推進委員会が、農村環境改善センターで開催されました。令和6年度むつみ地域人権施策推進事業実施報告と令和7年度むつみ地域人権施策推進事業(案)について協議しました。協議終了後、人権教育啓発DVD(今企業に求められる「ビジネスと人権」を視聴しました。意見等としては、「人権などに関する悩みごとを抱えている方を見かけた際には、人権相談されるよう提案するとよいのではないか。」「各委員において研修されたスキルを本委員会で情報共有できるとよいのではないか。」「とありました。これからもむつみ地域が差別等のない「仲睦まじい地域」として在りた



▲人権教育啓発DVD視聴



▲認め合うことの大切さ
いたわり合う気持ちを忘れずに

私のつむみ



「むつみの歴史のひとつまとなって」

雲林寺住職

角田慈成
すみだじせい



市下の雲林寺の住職としてご縁があり、むつみにやって来たのは平成8年のことです。当時26歳。それから十九年が経ち、私にとってこのむつみが人生で一番長く暮らした場所となりました。何も分からない私を地元の方は孫のようにかわいがって下さり、いろんなことを教えて頂きました。むつみに初めて来た日には、お寺の総代

さんたちにご馳走になりました。この辺りの地域では言葉の語尾に「のんた」が付くことも総代さんに教わりました。

雲林寺は四百年の歴史があるお寺です。四百年で、約三千人の吉部の人々が二十二代の歴代の雲林寺住職たちによって見送られました。私もこの歴史に少し関わることが出来ました。皆さんもご存知の通り、雲林寺は「ネコ寺」とも呼ばれています。私が猫が好きなこと。そして親寺の天樹院の猫の丁伝説も残っています。いくつかの猫にまつわるご縁に恵まれ「ネコ寺」として親しまれているのです。「ネコ寺」になって十四年が経過し、私の住職歴の約半分が「ネコ寺」と共に歩んだことになりました。もともと、雲林寺がある吉部の市は宿が多く、人が行き交う賑やかな場所でした。現在も国内や外国からたくさんのお客が訪れていて、昨年の雲林寺の来山者数は8823人を数えました。

雲林寺では十年ほど前からインターネット(SNS)を使った情報発信を行っています。

フェイスブック、X(旧ツイッター)、インスタグラムの3つですが、主に発信しているフェイスブックはフォロワー数が最近1・3万人となりました。むつみの人口の約十一倍の方が雲林寺の情報を見て下さっています。お寺の行事や境内の菜の花、彼岸花、紅葉、積雪など季節を感じさせる写真や4匹の飼い猫の様子などを毎日発信しています。情報を発信することによって、むつみ出身で、現在遠くで暮らしている方も懐かしく、安心して下さっています。よかったら、皆さんもチェックしてみてくださいね。



雲林寺Facebookページ



野菜皮のカレーきんぴら



高血圧予防のためのレシピ 食品ロス削減

材 料	2 人分
大根やにんじんの皮	70g
エリンギ	50g
ピーマン	20g
サラダ油	小さじ1
A しょうゆ	小さじ1
砂糖	小さじ1
カレー粉	小さじ½

エネルギー49kcal たんぱく質 0.9g 食塩 0.5g

今月は、野菜の皮を使う事で生ごみを減らす料理です。歯ごたえの苦手な方は、皮を厚くむいて出来上がった蓋をして少し置くと、しんなりして食べやすくなりますので作ってみて下さい。



作り方

- ① 皮は太めの千切りにする。エリンギは半分の長さにし太めの千切り、ピーマンは縦に細切りにして半分の長さに切る。
- ② フライパンに油を熱し、ピーマン以外の野菜を炒める。
- ③ しんなりしてきたらピーマンとAを加えて、全体がなじむように炒める。

美味しい節塩のポイント

きんぴらで大根などの野菜の皮を使って作ることで、水分があまり出ないので味が薄まることなく、少しの調味料で仕上げることができます。カレー粉を使うことで、さらにしょうゆや砂糖も減らせて、減塩減糖に！

むつみ地域放課後子ども教室



2月19日(水)イベントで「かるた遊び」をしました。

初めは、トランプ(ババ抜き)から、次に、日本と世界の名作かるた、山口弁エコかるた、百人一首(坊主めぐり)、最後は、トランプで(スピード)をしました。負けると大泣きしてひっくり返ってしまう事もあるのですが今回は、最後までみんなで楽しく遊びました。



先生、素直すぎるんよ

ババなんか
ないですよ～

▲ババ抜き



みんなやり方
わかつてる

▲トランプ(スピード)



ぼくが読む

半分ずつね

♪ちやんちやん
チャカチャカ

ぼくが読む

▲日本と世界の名作かるた
山口弁エコかるた



姫、殿

▲坊主めぐり



いっばいとったよー

高俣公民館学級

「振り込め詐欺」について

日時 令和7年3月21日（金）

10時から11時30分まで

場所 高俣公民館

（むつみコミュニティセンター）

講師 萩警察署高俣駐在官所長

三輪 武文 様

萩市消費生活センター相談員

柳林 優子 様

申し込み 3月17日（月）までに高俣公民館へチラシについている申込書を提出または電話でお申し込みください。

（TEL 8-0211）

※今回は、最近、被害が拡大している振り込め詐欺などの特殊詐欺の話を中心にを行います。
みなさんお誘いあわせの上ご参加ください。



むつみ診療所 3月のお休み

日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	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	1	2	3	4	5

○受付時間 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

3月の休日当番医表

日	山口市阿東地域
2日	原 医院 (内科) (083-952-0308)
16日	藤原医院 (内外科) (083-954-0331)
23日	三浦医院 (内科) (083-956-0500)

○診療時間 8:30~17:30

萩・阿武 健康ダイヤル 24

0120・506・322（無料電話相談）
例えばこんなとき、「夜間・休日に受診できる医療機関を知りたい。」「不意のケガの応急手当、どうすればいいの？」

萩市休日急患診療センター

0838・26・1397

日曜日、祝日、年末年始（12月30日～1月3日）
急なケガや病気で診療が必要な場所は、ご利用下さい。



3月の行事予定

9日（日）	Mリーグサッカー大会
13日（木）	行政相談（高俣）
15日（土）	萩往還ワンデーウォーク2025



ごみ収集カレンダー（3月）

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	燃やせるごみ	プラスチック	6	7 燃やせるごみ	8
9	10 ペット・トレイ 紙製容器包装	燃やせるごみ	12	13	14 燃やせるごみ	15
16	17 缶・びん 陶器・ガラス	燃やせるごみ	プラスチック	20 春分の日	21 燃やせるごみ	22
23	24 古紙・古布 ダンボール	燃やせるごみ	燃やせないごみ 有害ごみ	27	28 燃やせるごみ	29
30	31					

《あとがき》

新しい企画として、「我が家のペット紹介」のコーナーを考えています。（ペットの名前、写真、ひとこと）お声かけしますのでぜひご紹介ください。

（Y）