

《編集・発行》

栗橋地区生活応援センター／栗橋公民館  
釜石市橋野町34-16-2  
TEL 57-2111／FAX 57-2108

《発行責任者》

二本松 由美子（所長兼公民館長）

# みどり通信

令和5年3月15日号

第233号



2月15日(水)

♪春まちふれあいコンサート♪

3月3日(金)

＊横内古里地区おたのしみ会＊



ありがとう  
ございました



## 令和4年度

### 後期地域会議(まちづくり会議)が開催されました

2月27日(月)、砂子畑集会所さんあいセンターで、後期栗橋地区まちづくり会議が開かれ、栗橋地区の各種要望について市の対応方針が報告されました。



- ① 県道35号笛吹峠区間のトンネル化について…実施困難
- ② 旧橋野小中学校の校舎の解体と跡地の活用について…橋野地区消防屯所建設後、できるだけ早期に解体する。  
また、緊急時にヘリコプターの離着陸場の指定は、吹き下ろし風による民家敷地内の物品等が飛散する危険性があるため「できない」との回答。
- ③ 避難所施設の整備について…洪水浸水想定及び土砂災害警戒区域等を考慮した場合、緊急避難場所は能舟木集会所のみ。指定避難場所は「栗林小学校体育館」となるため、早めの避難を呼びかける。
- ④ 公民館の整備等について…実施困難
- ⑤ 橋野鉄鉱山及びびインフォメーションセンターの充実について…令和5年は、継続事業である石垣整備を行う予定。
- ⑥ 農業の振興について…農業生産法人の誘致等、引き続き努めます。  
また、野生鳥獣対策について、地域の皆さんと協力しながら対策を進めます。
- ⑦ 限界集落における生活支援について…地域の実情や個々の現状を把握するためセンター会議を開催し可能な限り支援を行います。
- ⑧ 市道沢楡線整備について…実施困難
- ⑨ 古里川の整備について…実施困難
- ⑩ 市道荻の洞線歩道の整備について…令和5年度に引き続き実施予定。
- ⑪ 共同墓地の整備について…手続きに必要な書類整備に係る支援を行う。
- ⑫ 市道栗橋10号線の改良…実施困難
- ⑬ (早栃地区)市道弁天沢線の補修…実施困難



## 第2回栗橋公民館運営審議会が開かれました

2月28日(火)、橋野ふれあいセンターにて第2回栗橋公民館運営審議会(委員長:遠野健一さん)が開かれました。審議会では、R4年度に実施された公民館事業実績や、R5年度の事業計画案について意見が交わされました。

### ■令和4年度に実施した主な事業

- ・どんぐり苗の植樹 ・水生生物調査 ・そば打ち体験(児童対象)
- ・そば打ち体験学習(一般住民対象) ・クリスマス映画鑑賞会 ・音楽コンサート関係事業(計4回)
- ・スポーツ交流会(ポッチャ) ・ふるさと再発見地域学習会 ・防災講座
- ・ラベンダースティックづくり ・鶴住居公民館合同事業「橋野ウォーキング」
- ・世界遺産「橋野鉄鉱山」関係事業(水路及び道路の清掃活動。講演会。育樹祭)
- ・健康相談 ・自主グループ活動(百歳体操等)



### ■主な意見等

- ・参加人数ばかりに気をとられず、栗橋地区の特徴を生かした事業を進めてほしい。
- ・令和4年度に初めて開催した音楽コンサート関係事業は好評だった。  
令和5年度も機会があれば継続して欲しい。
- ・ふるさと再発見地域学習会で地元「栗林層」という珍しい地層があることを初めて知った。  
地元のことも知らないことが多々ある。
- ・スマートフォン体験教室を企画して欲しい。



令和4年度はコロナ禍の影響により中止となった事業も一部ありましたが、令和5年度は感染状況に留意しながら皆で楽しく活動できる公民館事業の実施に努めます。

<問い合わせ>栗橋公民館(☎ 54-5004)

## 血管年齢を若返らせよう

血管年齢は加齢と共に老化します。でも『血管年齢=実年齢』ではありません。最近では食生活の欧米化や運動不足等の生活習慣によって、**30代40代の人でも、実年齢よりも高い人が増えています。**  
**血管が老化すると、弾力がなくなり、硬くなります(動脈硬化)。**

これが進むと、心筋梗塞や脳梗塞等の病気になりやすくなります。

**血管を若返らせるポイントは、『食事』と『運動』です。**



食事 ①減塩しましょう。 ②野菜や海藻類をたくさん食べましょう。

③青魚や大豆製品を取りましょう。 ④揚げ物や甘いものは控えめにしましょう。

運動 エレベーターを階段にしたり、“ちょっとそこまで”を歩いたり、体操やストレッチもお勧めです。

春は何か新しいことを始めたい季節です。生活習慣を振り返り、何か取り組めそうなことから始めてみてください。

### 市税等納期

○使用料等3月分

<納付期限>3月31日(金)

**忘れずに納付しましょう!**

### ☆お知らせ☆

定期的に開催していましたが健康相談を3月で終了させていただくことになりました。

**4月からは個別に随時対応します。**

病気や生活、ご家族の介護等、心配なことや困ったこと、お気軽にご相談ください。



コンサート、各健康教室、健康相談等の申込み・お問い合わせは

栗橋地区生活応援センター/栗橋公民館 TEL:57-2111/54-5004へ

