

中山地区 公民館だより

NO 618
令和6年7月1日
中山地区公館
Tel 676 - 2553

☆女性講座「寄せ植え教室」☆



6月7日（金）に女性講座「寄せ植え教室」が行われ、蘭花園の佐藤さんに指導していただきながら9種類の植物を植えていきました。寄せ植えをするときに土がこぼれたりすることもあり、天気も良かったので今回は外で行われました。植木鉢に軽く土を入れてから背の高い植物を奥に背の低い植物を手前に置いて植えていきました。赤や黄色などの花や植物を使ってきれいに植えることができました。上手に手入れをすれば来年も花が咲く宿根草が材料に使われました。



☆ふれあい教室「1日研修」☆

6月17日（月）にふれあい教室「1日研修」で朝日町方面に行ってきました。樺平の棚田の風景を近く的一本松公園第1展望台から眺めたり、朝日町ワイン城ではワインを瓶に詰めているラインや外のブドウ畑などを見学して来ました。

☆女性講座「フラワーアレンジメント教室」☆

6月16日（日）に女性講座「フラワーアレンジメント教室」が行われました。今回は、暑い季節に生花を使うと1週間もしないうちに花がしおれてきてしまうので、ドライフラワーを使っただけのアレンジになりました。生花と違ってちょっとしたことで花や葉がボロボロと取れてしまうこともあり注意しながら生きていきました。たまには、ドライフラワーもいいなと思いました。



☆でんがく作り教室☆



6月9日（日）にホタル観賞会で中山橋付近に飾る「でんがく（灯ろう）」を作ってもらいました。不織布に短歌と絵を書いてから木枠に画びょうで留めていきます。何を書こうか悩んでなかなか書けない子もいましたが、それでも約1時間で書き上げてくれました。ホタル観賞会では、子供たちが作ったでんがくの明かりで付近を照らしてくれるでしょう。

☆ホタル鑑賞会☆



6月22日（土）に中山橋付近で「ホタル観賞会」が行われました。ホタルが飛んでくれるか心配されましたが、橋の下、草むらのところで光っているのが見えたり、数匹でしたが橋のあたりで飛んだりしているのが観察できました。多くの方が見に来てくれました。

－ 7 月の行事予定－

7月	5日（金）女性講座「笹巻・ゆべし作り教室」	中山地区公民館
	地区役員会	中山地区公民館
	7日（日）河川清掃	中山地区内
	22日（月）ふれあい教室奉仕活動「公民館清掃・樹木剪定」	中山地区公民館
	26日（金）ふれあい教室「1日研修」（職員不在）	

※状況により行事予定が中止又は延期になる場合があります。

「ピンポンを楽しむ会」	毎週火曜日 午前9時30分から
「健幸体操」	毎週火曜日 午後1時30分から
「いきいき・かみかみ百歳体操」	毎週水曜日 午前9時30分から
「クアの道」ウォーキング	毎週木曜日 午前9時00分から

－ 8 月の行事予定－（変更になる場合があります）

8月	2日（金）夏休み講座「もの作り教室」	中山地区公民館
	地区役員会	中山地区公民館
	13日（火）・14日（水）お盆休み（公民館休館）	
	16日（金）中山地区ふれあい運動会役員会	中山地区公民館



健康メモ 7月号

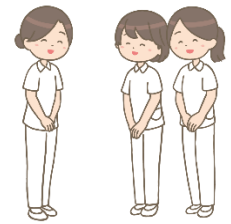


中山地区の皆さん、いかがお過ごしですか？

本格的な夏が始まる前に、睡眠・食事・運動などの生活習慣を整え、体調管理をして、お元気にお過ごしください。

6月6日(木)「クアの道」に参加しました！

このたび、山形大学医学部看護学科の学生3名と一緒にクアの道に参加しました。季節の景色を楽しみながら、皆さんが整備したクアの道を一緒に歩くことができ、うれしかったです！



看護学生による健康教育も実施しました！

今回は「3つのSでフレイル予防」というテーマでした。

- ①心理的フレイルの予防…よく食べ、よく活動し、しっかり寝て予防
- ②精神的フレイルの予防…脳トレなどで脳を活性化、休息を取って疲労の軽減や生活の質を改善することで予防

★実際に「後だしじゃんけん」「漢字部首クイズ」「指折り体操」などを一緒に実施しました。お家で、お茶のみの時に、地区での集まりの際に、皆さんも実施してみてください。

- ③社会的フレイルの予防…人とのつながりを持つことで予防(家族との日々のコミュニケーション、地区行事への参加等)

～はじめましょう！熱中症予防～

1. 夏が始まる前の「いま」、暑さに耐えられる体力をつけよう

- ・ 毎日体温測定、血圧測定でご自身の健康チェックをしましょう
- ・ 夏野菜が出始めました。3食バランスよく、食事をしましょう
- ・ 朝夕などの日差しの落ち着いた時間に、体を動かしましょう
(おすすめ運動) ラジオ体操、テレビ体操、ウォーキング
- ・ 十分な睡眠で、1日の疲れをしっかりとりましょう



2. 暑さを避けよう

- ・ 気温に応じて、涼しい服装、日傘や帽子を利用しましょう
- ・ 屋外での活動時は、少しでも体調が悪くなら涼しい場所へ移動しましょう
- ・ 室内で過ごす時はエアコン、扇風機を上手に使いましょう

※環境省「熱中症環境保健マニュアル 2022」出典

中山の民俗

☆五〇七号☆

中山地区の歩み―明治維新と町村合併まで―

明治元年（一八六八）

七月十九日 羽前国に酒田民政局が創設、高畠に酒田民政局高畠出張所が置かれた。

明治二年（一八六九）

六月十八日 旧米沢領中屋代郷を除いて米沢藩の管轄となり、中山村を分離して中山村と元中山村の二村となった。

七月二十日 酒田民政局が酒田県となり、高畠出張所も酒田県となる。この時に、中山・小岩沢・川樋・新田・川沼（高畠）は酒田県の管轄となった。

明治三年（一八七〇）

九月二十八日 山形県が設置される。同日酒田県が山形県酒田出張所となり、高畠出張所は山形県に合併する。しかし、中山地区は廃藩にならなかった。たので米沢藩知事の支配であった。

明治四年（一八七二）

七月十四日 米沢藩は廃藩置県によって、米沢県と改称する。

十一月一日 郡区町村編制法によって米沢県が置賜県と改称する。ちなみに当時、同年に山形県・上山県・天童県・米沢県・松嶺県・大泉県・新庄県とあったが、編制法によって山形県・置賜県・酒田県の三県に統合された。

明治八年（一八七五）

八月三十一日 酒田県を鶴岡県に変更する。

明治九年（一八七六）

八月二十六日 置賜県と鶴岡県の二県が合併して山形県となり、現在に至る。

明治十二年（一八七九）

八月 川樋村と新田村が合併して川樋村とする。

明治二十二年（一八八九）

四月一日 町村制施行によって中山村・元中山村・小岩沢村・川樋村が合併して、中川村と改めて、初代村長は草刈英蔵が就任する。

昭和三十年（一九五五）

六月十日 町村合併推進法によって中川村は赤湯町に合併する。

〔歴代村長名〕

歴代	村長名	就任期間	在位期間
1	草刈栄蔵	明治22年7月～明治22年11月	4カ月間
2	小松久吉	明治23年1月～39年1月	16年間
3	朝倉伊勢松	明治39年2月～大正3年3月	8年1カ月間
4	鈴木清一郎	大正3年3月～昭和9年4月	20年1カ月間
5	大石潤三郎	昭和9年4月～昭和11年5月	2年1カ月間
6	松田文五郎	昭和13年1月～昭和17年1月	4年間
7	須藤仁三郎	昭和17年3月～昭和18年1月	11カ月間
8	遠藤七兵衛	昭和19年4月～昭和21年11月	2年8カ月間
9	那須哲郎	昭和22年4月～昭和30年6月	8年3カ月間

以降の中山地区は上山市に合併、市長は高橋熊次郎であった。

参考文献

保科文男『置賜における中川の歴史的地位とその変遷について』

私版・昭和三十九年刊