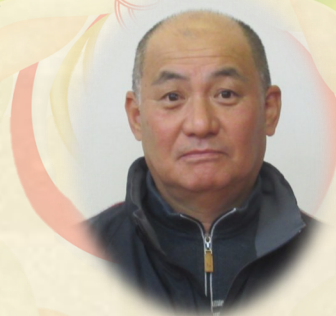


★月1回発行 長崎県五島市（奥浦地区）戸別配布

よかところ！おくうら 1月号

新年のご挨拶

おくうら夢のまちづくり協議会
会長 浦 勝彦



新しい年を迎えお慶びを申し上げます。

今年度も、残り3ヶ月となりました。1月には、昨年収穫した芋を使って『奥浦芋フェスティバル』を開催いたします。奥浦の飲食店にご協力いただき、ふくれもちや芋スイーツなど販売頂く予定です。また、まちづくり協議会でも1日限りですが、出店を予定しております。どんな料理ができるのか今から楽しみです。もちろん、全部食べ歩こうと思っています。みなさんにも、ぜひ味わっていただきたいと思いますので、『奥浦芋フェスティバル』へお越しください。

2月には、市民駅伝大会に参加します。今回は、男子1チームしか出場することができず残念です。地域に若者が少なくなったことが大きな原因だと思います。

3月は、奥浦中学校の閉校をむかえますが、「地域が望む跡地の在り方」について取りまとめ、提案書を市へ提出する予定です。

提案書どおり受け入れてもらえるかは分かりませんが、地域全体で跡地の在り方について考え、地域の意見を伝えることは意義があることだと思っています。

まちづくり協議会を設立して10年が経ち、事業の活動に参加してくれる人が固定化、疲弊してきているように感じます。来年度は事業を見直し、本当に必要なことだけをやりたいと思っています。皆様、御理解のほどよろしくお願いいたします。

奥浦地区の人口

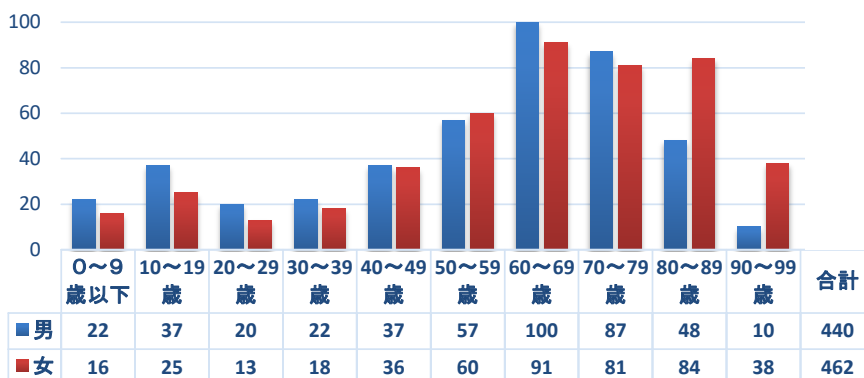
令和5年11月30日 現在	
総数	902 人
世帯数	562 世帯
平均年齢	59.2 歳
高齢化率	50.55 %

前月比

総数	+2 人
世帯数	+1 世帯
高齢化率	-0.12 %

前年11月末 奥浦地区人口: 914 人
前年比(1年前との差) -12 人

奥浦地区の年代別人口



新年明けましておめでとうございます



地域振興
平山 長成 部会長

地域の皆様には、日頃より協議会の活動に御理解と御協力頂き誠にありがとうございます。地域振興部の活動では、イルミネーション設置、特産品づくり(大豆、蕎麦)活動に、毎年地域の方々に協力頂き活動を行っています。

特に今年度は、大豆、蕎麦の収穫が重なり、人手不足の連日作業に最後まで協力頂き有り難うございました。

今後は、より多くの方が参加出来るような活動の見直し等も含め取り組んでいきたいと思っておりますので、本年も御協力、御参加よろしく申し上げます。



防犯防災
崎村 勝明 部会長

防犯・防災部では、交通安全週間に小・中学生の登校時間に合わせてあいさつ立哨運動や、6月には消防団の方々の協力を得て、大雨・台風に備え土のうづくりなどの活動を行っています。また今年度は、五島市役所総務課危機管理班の方を講師に招いて、自主防災意識向上のための講話をして頂きました。講話では、避難情報や避難場所の確認・防災行動計画(マイ・タイムライン)の活用など、緊急事態のために事前に備える重要性を学ばせて頂きました。今後年度内に通学路の点検を行い、街路灯にかかる草木の伐採を行う予定です。

来年度も土のうづくりや講習会などを行う予定ですので、皆さんの御参加、御協力をよろしくお願い申し上げます。



保健福祉
浦 誠悟 部会長

保健福祉部会では、高齢化が進む中、近所に店がないという奥浦地区の地域課題に対応するため『買物支援事業』を軸に活動し、現在、奥浦・浦頭・樫ノ浦・平蔵南河原・戸岐・宮原・観音平・半泊の9地区の住民の方々が利用されています。交通手段がなく、買い物にお困りの方は『買物支援事業』をご活用下さい。また同時に『買物支援事業』を支えるドライバーや買物補助員に御協力いただける方も募集しています。奥浦地区住民皆様の暮らしのお役に立てるよう保健福祉部会メンバー一同頑張って参りますので、本年もよろしくお願いいたします。



環境保全
入口 信 部会長

日頃より地域の除草活動に関しまして、皆様の御協力ありがとうございます。現在、部会では年2回の奥浦中学校・干拓周辺の除草作業、県道委託業務の戸岐向～平蔵間のフラワーロード整備協力、また、民家から離れた場所にある旧慈恵院跡地・宮原展望所除草作業も行っております。ただ、作業人数の確保が悩みの種となっています。奥浦の自然は観光客に癒しを届けると思っています。この風景を維持できるよう、世間話をしながら老若男女一緒に作業して頂ける方、大歓迎します。



体育文化
木口 北斗 部会長

体育文化部がどのような活動をしているか紹介させていただきます。

部の活動としては奥浦ナイターペタンク大会や奥浦さるく、蛍観賞会など様々な取り組みをしています。ナイターペタンク大会では多くの方からの御協力、御協賛のおかげで五島市でも大変人気のあるスポーツイベントとなっております。また奥浦さるくや蛍観賞会では奥浦の歴史を学んだり実際に体験することで郷土愛を育む大変貴重な機会となっています。コロナによる活動制限が解除され、部の活動としても益々力を入れて取り組んでいこうと思います。現在部員が少ない状況ですので、興味がある方はぜひお声掛けください。本年もよろしくお願い申し上げます。

「奥浦芋フェスティバル」開催します!!

奥浦地区の飲食店にご協力いただき、11月の「芋ほり競争大会」で収穫したさつまいもを活用した商品販売イベントを行います。開催期間中は、まちづくり協議会でもさつまいも料理やさつまいもの販売を予定しています。詳細につきましては、折り込みの「奥浦芋フェスマップ」をご覧ください、奥浦飲食店巡りを楽しまれてはいかがでしょうか？お待ちしております！

奥浦芋フェスティバル

開催期間：令和6年1月20日（土）～2月4日（日）

場 所：奥浦地区飲食店（詳細は、「奥浦芋フェスマップ」をご覧ください。）

まち協出店（1日限定）

日 時：令和6年1月28日（日） 11時～13時

場 所：浦頭公民館



12/2 福祉研修会「フレイル予防で健康に」好評でした！

最近、疲れやすい、つまづきやすい、そんなことはありませんか？ それって、もしかしたら「フレイル」の症状かもしれませんよ。

「フレイル」は、健康な状態から要介護に移行する中間段階で、加齢に伴う筋力の衰えなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰えの全般を指します。

しかしこの「フレイル」、予防することで健康な状態に戻すこともできるんです。「フレイル予防」に必要なことは、栄養・運動・社会参加！

研修会に参加した皆さんも、脈拍を測ってバイタルチェックをしたり、柔軟性を高め、筋力をつける体操をして、「フレイル予防」を楽しく学びました。



特産品づくり そば・大豆の収穫

11月20日（月）～23日（木）、まだ夜露が残り手がかじかむ中、そばと大豆の収穫作業が始まりました。

大豆は1本1本を手で引き抜き、そばは鎌を片手に刈込みました。脱穀もコンテナなどを使い、手間ひまかけて行います。そばも大豆も作付け面積は例年より小さく、そばにおいては、種まき後の雨で種が流されたのか、生育もまばらであり期待できない状態でしたが、いざ脱穀してみると、そばの収穫量は例年並み、大豆は例年以上となりました。連日作業された皆さん、お疲れ様でした！



令和6年

おくら夢のまちづくり協議会カレンダー

1

January

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2 買物支援送迎バスはお休みです。	3	4	5	6
7 教会 イルミネーション撤去	8	9 買物支援 午前 檜ノ浦・浜泊 大泊・南河原 午後 嵯峨瀬・奥浦	10 買物支援 午前 浦頭・戸岐 戸岐向・堂崎 平蔵 午後 宮原・半泊 観音平	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 奥浦芋フェスティバル 2/4(日)まで
21	22	23 買物支援 午前 檜ノ浦・浜泊 大泊・南河原 午後 嵯峨瀬・奥浦	24 買物支援 午前 浦頭・戸岐 戸岐向・堂崎 平蔵 午後 宮原・半泊 観音平	25	26	27
28 奥浦芋フェスティバル まち協出店 場所：浦頭公民館 時間：11時～13時	29	30	31	1	2	3

編集後記 「牛乳茶碗蒸し」 簡単おすすめ料理を教えてください♪

『介護予防とフレイル』の福祉研修会で、包丁もまな板も鍋も必要なく、栄養もしっかり摂れる「牛乳茶碗蒸し」を教えてくださいました。お正月料理の一品にもなりますし、お正月明けには、疲れた胃を優しく守り、喉ごし良くいただくこともできます。ぜひ、作ってみてはいかがでしょうか？

材料（1人分）

- ・卵 1個
- ・A：牛乳 3/4カップ、めんつゆ 小さじ2
- ・カニかま 2本
- ・冷凍ほうれん草 適量

【作り方】

1. ボウルに卵を割り入れ、よく溶きほぐしてAを加えて混ぜ合わせ卵液を作る。
2. ①の卵液とカニかま、ほうれん草を耐熱容器に入れる。
3. ラップをかけ、電子レンジ600Wで3分加熱し、そのまま5分蒸らす。（レンジにより加熱時間は異なります。）



「マキさん」

令和6年1月20日(土) 『みんな食堂』開催！

時間：11:00～12:30 場所：浦頭公民館

今回のメニューは、豚汁とおにぎり。寒いこの時期に嬉しいですね！

～ 「マキさん」からメッセージ～

『みんな食堂』は、お食事の場を通して、地域みなさんが交流を持ち、絆を深めることができる居場所づくりを目的としています。子どもも大人も、ご家族連れも一人様も、どなたでもご利用頂けます。ご遠慮なさらず、いらしてください(o^-^o) お食事代は無料です。 お問合せ：Jikeiin (主催) ☎73-0055