

8月7日に「立秋」を迎え暦の上では秋!?

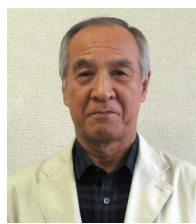


発行 東谷地区まぢづくり協議会
 編集 まぢづくり協議会広報部
 責任者 嶋川昭代
 所在地 小倉南区木下704-1 東谷市民センター内

令和6年8月15日(木曜日)
 問い合わせ
 東谷市民センター
 TEL/FAX 093-451-0217
 平日・土曜 9:00~17:00
<http://higashitanikoho.sakura.ne.jp/>
 Mail to: higashitani.cc@silk.ocn.ne.jp

お米まつり
 8月24日(土)
 場所 呼野公園周辺

敬老会開催



社会福祉協議会 会長 延吉 和典

今年も9月16日(月・祭日)に興農会の体育館で敬老会を開催致します。東谷の人口は現在、4400人を切っておりますが、敬老会参加該当者(75才以上の方)は1204人いらっしゃいます。毎年約1000人の参加該当者の内、約300人弱の方が敬老会に参加されていますが、実行

特色ある学校を目指して



東谷中学校 校長 大石 光宏

日頃から、「東谷地区まぢづくり協議会」の皆様におかれましては、本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。令和6年4月に着任しました大石光宏でございます。昨年度までは、八幡東区槻田中学校に勤務しておりました。小倉南区の勤務は教員生活2度目となります。歴史と伝統のある東谷中学校に赴任させていただきます。本年度は「一場を清め時を守り 礼を正す」を行

東谷地区敬老会

9月16日(祝・月)

10:00~

場所:東谷興農会体育館



紫水町内会 会長 川本 康治

宜しくご指導の程お願いします

昭和38年頃から造成が始まった紫水団地は、今年で60年が経ちます。いろんな処から移住して来た第一世代の方々は、赤土の道路と井戸掘り等で未整備の宅地はお互い協力し合い新しい町内を創る為頑張ったと聞いております。私は25年前にこの団地に移動して来て、今年度だけ町内会長に就任しました川本康治です。一年間出来るだけ多くの行事に参加させていただくつもりです。平尾台と小学校の頃見学した呼野駅のスイッチボックスしか知らないで東谷に越して来ましたが、三年間の公民館長の時、郷土資料館にて「三谷むかし語り」を読み、載っている処には東谷はもとより中谷や西谷まで、興味のある場所には探して行きました。そのうち段々と郷土史を識る事ができました。「野焼き」にも三回参加させてもらい、体育祭やフェスティバル、尻振り祭り、東大野八幡宮の祀り事など、どこを観ても役員の方が懸命に真険にそして楽しんで動いている姿を見る



熱中症に注意!
 猛暑が続いています。室内・屋外に関わらず、こまめに水分・塩分をとるなど予防対策をしましょう。

全市一斉パトロール
 ・8月23日(金)20時~
 安全安心パトロール
 ・9月13日(金)15時~
 東谷市民センター 出発!

9月	8月
31日(土) 市民講座	20日(火) 谷っ子クラブ
27日(月) ケア・トランポリン教室	「アロマキャンドル&消しゴム作り」
26日(月) 稲穂サロン(新)	ケア・トランポリン教室
23日(金) 絵手紙教室	ワックス清掃
21日(水) 全市一斉パトロール20時	絵手紙教室
21日(水) 小学校2学期始業式	
13日(金) ケア・トランポリン教室	
10日(火) ケア・トランポリン教室	
6日(金) ふれあい昼食会	
3日(火) ケア・トランポリン教室	
「防災セミナー」	
健康づくり講話	
「足腰の筋肉を鍛え健康寿命UP!」	

8月の絵手紙

・アブチロン
 ・ウキツリボク
 ・チロリアンランプ
 色々な呼び名があるですね

大神 壽真子 さん 作

8月の絵手紙教室 東谷市民センター和室
 8月23日(金)10時~お気軽にどうぞ

東谷健康づくりコーナー

「フレイル予防について」

昨年度から引き続き、東谷地区の担当をさせていただいています小倉南区役所保健福祉課保健師の岡田です。

健康づくり部会をはじめ、地域の皆様には健康づくり事業にご協力いただきまして、ありがとうございます。

さて、皆さんは「フレイル」という言葉を聞いたことがありますか？

フレイルとは「虚弱」を意味する言葉で、加齢に伴い筋肉や心身機能、社会性が低下した状態です。この状態を放っておくと、介護が必要な状態になる恐れがあります。「よくつまずくようになった」「最近、食欲がなくなった」「家の中で過ごすことが多くなった」などあればフレイルの入口かもしれないので、注意が必要です。

しかし、早く気づいて対処することで、フレイルの進行を遅らせたり、健康な状態に戻したりすることが期待できます。

フレイル予防には①食生活・口腔機能②運動③社会参加の3つの柱があります。具体的には、①「食生活・口腔機能」は、バランスの良い食事（塩分に気をつけながら、たんぱく質を意識して食べる）と、しっかり噛んでお口のケアも大切にしましょう。②「運動」は、筋トレと有酸素運動をして体力づくりをしましょう。③「社会参加」では趣味やボランティア活動で社会とのつながりを持ちましょう。

これらに加えて、年に1度の健康診査受診や血圧チェック、病気の治療や服薬の管理をして、ご自身の毎日の健康管理をすることも重要です。75歳以上の方が受診できる「後期高齢者健康診査」では、このフレイルのチェックをすることができます。

年に1回はご自身の健康確認をするために、ぜひ健康診査を受診しましょう！

(問い合わせ先) 小倉南区役所保健福祉課地域保健係
電話：093-951-4125

小倉南区役所保健師 岡田 圭子



UBE三菱セメント東谷鉱山の西林でございます。常日頃より東谷地域の皆様方には、弊鉱山の操業に関しまして、ご理解とご協力を賜っておりますこと、本紙をお借りしまして厚く御礼申し上げます。

去る4月1日付にて前任の大園に代わり弊鉱山の事務課長として着任致しました。少し自己紹介をさせて頂きますと、私は生まれも育ちも小倉南区で、1990年の入社以降、福岡県(荻田町)を振り出しに、大阪市、堺市、福島県、青森県等に勤務して参りました。二十数年ぶりに福岡の地に戻り4カ月が経過しましたが、やはり地元は良いものですね。4月の着任以降、東谷地域の各種催事やイベントに参加させて頂いておりますが、皆様方の東谷地域に対する熱い思いや圧倒的なパワーに驚かされております。



UBE三菱セメント(株) 東谷鉱山 事務課長 西林 賢一郎

着任の挨拶

7月27日(土)に、第73回平尾台観光まつりが平尾台上から場所を変え、20年ぶりに東谷農会で開催されました。昨年までとは違った場所で、イベントを一から作り上げる大変さを痛感しました。まず、プレイベントで実施した、ドローン体験会は子ども達から大変好評でした。ステージイベントは体育館で行われ、消防音楽隊とカラーガード隊によるサマーコンサート、市丸小学校・新道寺小学校の児童によるキッズソーラン、東谷谷つつちや体操の他、キッズ

によるチアダンス、木遣り唄、変面&風船アートショーなど多彩で、楽しんでいただけたのではないのでしょうか。地元によるマーケット、消防車両展示、屋外での実施ありがとうございます。又、東谷婦人会の皆様による総踊りは壮大で迫力があり、大変盛り上がりました。今年から、中・高校生にボランティアとして参加してもらい、とても喜んでおりました。今回の反省点を見直し、来年度はより良い平尾台観光まつりにしていきたいと考えております。

ご協力ありがとうございました



平尾台観光協会 副会長 奥村 英喜

最後になりますが、今後とも平尾台観光協会の活動にご支援、御協力を賜りますようお願いいたします。

人はおられませんでした。今年の観光まつりが無事終わることが出来たのは、急遽会場を貸して下さった東谷農会をはじめ、ご支援いただいた地域団体や学校、企業の方々、市民センター、先本館長をはじめ職員の方々、実行委員のご協力のおかげと感謝いたします。本当にありがとうございます。

東谷郷土資料館だより 4

東谷郷土資料館 館長 西田 順一

7月19日(金)に郷土資料館の「旧秋月街道を歩く会」の3回目を実施しました。(猛暑と梅雨末期の降雨のためセミナー形式で実施)しました。グーグルのストリートビューの機能を使いバーチャルの疑似散策体験をしていただく予定でしたがセンターのWi-Fi環境うまく接続できず参加者の皆様にはご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。また今回から昨年発行した東谷郷土史をテキストとして使い解説しました。

今回は目倉～石原町を通る旧秋月街道を説明しました。石原町を通る旧街道は大部分が昭和初期に整備拡幅された県道(旧国道322号線)と重複していますがところどころ昔の痕跡が残っています。目倉の旧小倉藩お抱えの刀工の工房跡から始まり、旧石原町郵便局、東谷を通る旧秋月街道で一、二の難所だった淵ノ上の坂、石原町の名前の由来、石原町が旧宿場町だったころの痕跡の里程標、町内の大應寺さんと明照寺さんのお遍路霊場だったお地藏さまと杉山観音などのお話をしました。

次回4回目は8月23日(金)13時から14時、東谷市民センター2Fで行います。(今回も猛暑で熱中症予防のためセミナーとし、リアルな散策は行いません) 歴史散策参加希望の方は090-8604-4544 西田までTeLがショートメッセージで申し込みください。

それと6月に婦人会の皆さんの研修として行った小倉織の体験会(ミニストラップ作り)を一般の方向けに間もなくご案内できますので、興味のある方はぜひご参加ください。詳細は準備ができ次第「東谷まちづくり」の誌面(郷土資料館便り)でお知らせします。



目倉の刀工鍛造場跡



目倉の旧322号線から左に分かれる道が旧街道



8/3 ガンシャモク観覧会



7/21 東大野八幡神社 夏越祭



平尾台観光まつり



登山者安全祈願祭



サマーコンサート



キッズソーラン



変面&風船アートショー



婦人会総踊り



小倉南区制50周年記念花火