

# さらき

第271号

令和3年6月25日

発行：更木町振興協議会  
更木地区交流センター

TEL/FAX: 0197-66-2569

saraki-kc@chime.ocn.ne.jp

http://www.saraki-kitakami.org



町内の動き (対前月比)

人口: 1,047人 -5人

男 497人 -2人

女 550人 -3人

世帯数: 412世帯 -1

とき 2021年

# 7月17日(土)

午後2時～午後8時

会場

## 八天遺跡

## 更木ふるさと興社

### 第6回

# 更木夏まつり

雨天  
中止

## 八天遺跡発掘調査 現地説明会

時間 / 14:00～15:00

会場 / 八天遺跡



北上市文化財課  
職員より説明

※参加者にはさらきの里  
ふれあいセンターで利用できる  
「ソフトクリーム引換券」  
を差し上げます。

## 桑茶新茶まつり

時間 / 14:00～16:00

会場 / 更木ふるさと興社

桑の葉摘み体験、工場見学、  
蚕の餌やり体験、蚕お絵かき

※参加者を募集します。

- 申込み締め切り / 7月12日(月)
- 募集人数 / 30人
- 問合せ・当日集合場所 /  
更木地区交流センター  
☎0197-66-2569

※参加者にはさらきの里  
ふれあいセンターで利用できる  
「ソフトクリーム引換券」  
を差し上げます。

## 夢あかり

肥田葉子

## アコーディオン演奏

時間 / 18:30～19:30

会場 / 八天遺跡

## 花火

時間 / 19:30～20:00

場所 / 八天遺跡



ご来場の際は、マスク着用にご協力をお願いいたします。

令和3年度の更木夏まつり(第11回更木桑茶新茶まつり、  
第13回更木八天縄文まつり合同)は規模を縮小して開催いたします。

主催 / 更木夏まつり実行委員会

問合せ先 / 更木地区交流センター 0197-66-2569

## 更木地区市政座談会開催のお知らせ

期 日 / 7月21日(水)  
時 間 / 午後6時30分～7時30分  
場 所 / 更木地区交流センター  
内 容 / 市長講話

テーマ「北上スタイル・身近な  
資源が地域を変える」

申込み / 7月15日(木)までに更木地区交流センター  
☎66-2569 又は各区長へ連絡願います。

※ご来場の際はマスクの着用にご協力願います。なお、新型  
コロナウイルス感染症拡大防止のため座談会後の懇親会  
は行いません。



## 料理教室参加者募集

暑い夏にほんの少しの涼を求めて、冷たいお菓子を作ってみましょう!!作ったお菓子は持ち帰ります。ご家族や友人にごちそうしてみませんか?

日時/7月25日(日)午前10時~正午  
 場所/更木地区交流センター  
 内容/冷製デザート  
 講師/小原 美智代さん  
 参加費/1,000円  
 定員/6名(更木地区民)  
 持ち物/マスク着用、エプロン、三角巾、手拭きタオル、持ち帰り用袋  
 申込み/7月16日(金)までに電話で申込み下さい。  
 更木地区交流センター TEL 66-2569

各教室・講演会ともコロナウイルス感染防止のためマスク着用での参加をお願いいたします。また、状況によって予定が変更になる場合がありますのでご了承ください。

### 趣味の教室

## こぎん刺し教室開催

前回好評をいただいたこともあり今回も2回に分けて開催します。

日時/7月31日(土)、8月7日(土)  
 午前10時~正午  
 場所/更木地区交流センター  
 内容/1回目 マスクケース(裏地抗菌ガーゼ)  
 2回目 ブローチ(一人3個まで)  
 講師/押切真理子さん  
 定員/各回8名(更木地区民)  
 材料代/マスクケース600円、ブローチ500円(1ケ)、専用針代100円(持っていない方)  
 持ち物/糸切ハサミ、定規(30cm)、チャコペン、裁縫道具  
 申込み/7月20日(火)までに電話で申込み下さい。  
 更木地区交流センター TEL 66-2569



### 講演会開催

## ~健康な食生活のために~

健康の鍵は口から食べること。食べることで全身の機能が使われ、体が活性化し、生活の機能が高まります。講演の終盤と一緒にストレッチをした後は美味しい牛乳の試飲もあります。お話を聞いてご自分の健康に活かしてみたいはいかがでしょうか。

日時/7月30日(金)午前10時~午前11時30分  
 場所/更木地区交流センター 多目的ホール  
 内容/カラダは食べたものからできている  
 ~元気な人生100年のためのヒント~  
 講師/株明治北日本支社 阿部裕子さん  
 対象/更木地区民 定員/25名  
 申込み/7月16日(金)までに電話で申込み下さい。  
 更木地区交流センター TEL 66-2569

## 保健推進員の皆様が 決まりました

今年度から2年間どうぞよろしくお願いたします。

- |    |          |          |
|----|----------|----------|
| 1区 | 藤島 美也子さん | 川村 量子さん  |
| 2区 | 千田 和子さん  | 千田ゆかりさん  |
| 3区 | 藤本 佐智子さん |          |
| 4区 | 千田 浩美さん  | 八重樫多久恵さん |
| 5区 | 藤本 智子さん  | 遠藤 幸枝さん  |
| 6区 | 平野 裕子さん  | 平野 喜美子さん |
| 7区 | 福地 公子さん  | 福地美智代さん  |



## 7月のおもな行事予定

- |        |          |                |
|--------|----------|----------------|
| 2日(金)  | 午後 7時30分 | ホテル観賞会         |
| 4日(日)  | 午前 8時30分 | 地区民ウォーキング      |
| 6日(火)  | 午前 10時   | 地域福祉懇談会        |
| 10日(土) | 午前 8時30分 | 地区対抗グラウンドゴルフ大会 |
| 17日(土) | 午後 2時    | 第6回更木夏まつり      |
| 20日(火) | 午後 2時    | 更木区長会議         |
| 21日(水) | 午後 6時30分 | 市政座談会          |
| 25日(日) | 午前 5時    | 地区内県道草刈り       |
| 25日(日) | 午前 10時   | 料理教室           |
| 26日(月) | 午前 10時   | 夏休み体験学習        |
| 27日(火) | 午後 1時    | 子宮がん検診         |
| 29日(木) | 午前 9時    | 地区内県道草刈り       |
| 30日(金) | 午前 10時   | 生涯学習講演会        |
| 31日(土) | 午前 10時   | 趣味の教室こぎん刺し     |

## コウホネの可憐な花が咲きました

去る、5月29日(土)地域づくり事業の一環として、更木の自然環境・歴史文化の保存事業部会の方々と更木観桜会の皆さんの協力をいただきコウホネ群生地での草刈りを行いました。



5月中旬ごろから咲き始めたコウホネは、葉っぱに隠れながらも、可憐な黄色い花を咲かせております。水上に顔を出して咲く花の様子はとても美しく、水辺を明るくしてくれます。

花言葉は「秘められた愛情」。のぞき込みたくなるようなかわいい花です。自転車道の平成大橋下付近に案内表示がありますので是非ご覧下さい。



## 「手出し峠」

更木の臥牛から、花巻市島の長志田に超える道の途中に“手出し峠”と呼ばれるところがあります。ここには、次のような話が残っています。

むかし、この峠の北側に、大きな、深い洞穴がありました。この洞穴の中には、得体のしれない、大きな化け物が住んでいて、道を通る人たちに、様々ないたづらをしていました。ある時は、旅人の荷物を奪い、またある時は、大きな手をぬーっと道に出しては、通行人たちを驚かせていたのです。村の人達は、“これはきっと、悪魔が姿を変えて、この山の洞穴に移り住んだのであろう”と恐れ、誰一人として、近寄ろうとはしません。また、夜になると、通行人はもちろん、猫の子一匹通ることはありませんでした。ところが、猿ヶ石川の対岸の櫟木山という所に、年は若いがすごく大胆な人がいて、この事を伝え聞き、「それは、甚だけしからんことである。たとえ鬼、悪魔、幽霊、化け物の類であっても、必ず打ち捉えて、正体を見届けて呉れん。」と、意気込み、或る日の夕方、洞穴に出かけていきました。人っこ一人通らない、薄暗くなった山道を、その男は、何も知らなかった素振りをして歩いていきましたが、やがて、その峠を通り過ぎようとした途端、杉の木のような、太く、赤茶けたような色の腕が不意にぬーっと出て来て行く道をさえぎってしまいました。男は、一瞬ギクリッとなりましたが、気を取り直し勇み立ち、「やれ化け物、御座んなれっ。」と、用意していった刀を抜いて、満身の力を込めて、一刀のもとに切り捨てましたが、男もそのはずみで頭を打ち、その場に倒れてしまいました。翌朝、気を取り戻して、あたりを見回すと、側に大きなガマが切られて死んでいました。それから、この峠に化け物が出なくなったと言われています。しかし、化け物が手を出したところであるために、“手出し峠”という名がつけられたということです。

今では、すぐ側に新道が出来て、その昔の峠道は通る人もなく、深い草に蔽われています。

(北上の伝説と昔話から抜粋)

### シリーズ Vol.1

#### 更木の神社・仏閣の紹介



## 宝龍社 (通称:ほうりょうさん)

今回から更木の神社仏閣をシリーズで紹介いたします。

宝龍社が正しい名称である。更木1区堀の内の花巻市界に位置して、この地方の人々の信心が厚く堀の内氏の氏神様である。社の中には奥羽一円に祀られた寶龍権現が奉られ、神であり蛇の神でもあると言われ奉納されており、昭和元年寶龍無尽講を始めこの社の維持をはかっている。

春には五穀豊穰、無病息災を祈り、秋の11月には社祭を行い、豊作を喜んだと言われる。また、12月17日には社の創建を祝い毎年祈禱している。昔は地区民の憩いの場であり祭事での演芸会や踊りを盛んに催し楽しんだ。そして、日常の子供たちの遊びの場でもあり、境内には銀杏がなる大樹があった。周りには獅子踊りや鹿踊りの供養塔、月三山参り石碑等が鎮座している。



2021年7月25日(日) 北上市 野永昌寺

PM 1:00 ~ 本堂内で坐禅会

坐禅会後 住職 海野義範 講話

1:45 ~ 境内でミュージックをすていばる

雨天の場合は本堂内にて

3:00 終了予定

毎年恒例、寺子屋の季節から来主作。今年も新型コロナ禍のため感染予防に万全を期し、コンパクトにて開催いたします。ただし「コロナ対策」音楽は「おぼせー」!という方 大募集!! 申込先 090 2602 8145 藤村 邦

申込先 7/15 坐禅は 限定40名 とさせていただきます。お申し込みお申し込みください。0197-66-4240 永昌寺

主催 寺子屋の会 代表 海野義範(永昌寺住職)  
後援 永昌寺護持会 更木小学校 更木幼稚園

## ふれあいデイサービスの様子

### ～3区 たんぽぽの会～

去る、5月11日(水)高橋香純さんによる、認知症予防体操「コグニサイズ」を行いました。ソーシャルディスタンスを取りながら、椅子に腰掛けて楽な体勢から始めました。足踏みしながら数字を数えたり、世界中の地名を言い合ったりと身体も心もほぐれて、楽しい時間になりました。



### ～5区 八天福寿草～

去る、5月13日(木)小沢アヤ子さんを講師にヨガを開催しました。ヨガの説明から始まり身体のお話をして頂き、とても為になりました。椅子に座って呼吸を合わせて、ゆっくりと体を動かして心地良い時間を過ごしました。



北上消防署 村崎野分署からのお知らせ

## 新型コロナウイルス感染症の対策をしながら 熱中症を予防しよう

梅雨が明けると暑さが一段と厳しくなり、熱中症になる危険性が高まります。また、外出時のマスクの着用により皮膚からの熱が逃げにくくなったり、室内で過ごす時間が増えることから気づかないうちに脱水となるなどコロナ禍ならではの熱中症の危険性も考えられます。熱中症予防と新型コロナウイルスの感染防止をバランス良く行い、体調管理をしていきましょう。

### 熱中症予防



### 感染防止

「身体的距離の確保」  
「マスクの着用」  
「密を避ける」

### ところにも注意!!

- ・屋外でマスクを外すときは他の人と2m以上離れましょう。
- ・マスク着用時は激しい運動は避けましょう。
- ・のどが渇く前に、こまめな水分補給を。(一日あたり1.2リットルが目安です。)
- ・エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

熱中症による死亡者の数は、**真夏日(30℃)から増加**しているので、毎日の天気予報を確認しましょう。



【北上消防署 村崎野分署】 北上市村崎野22地割142番地2 TEL:0197-62-5119 FAX:0197-62-5115

## 令和3年度特別委員会役員決まる

去る、5月19日(水)、3つの特別委員会を合同で開催しました。防犯対策委員会、交通安全対策委員会、防災対策委員会はそれぞれ令和3年度の事業計画が承認され新役員が選出されました。

新しい役員は右記の方々です。

### ☆ 防犯対策委員会

委員長 澤田 育生 氏  
副委員長 藤村 和幸 氏

### ☆ 交通安全対策委員会

委員長 木戸口文雄 氏  
副委員長 菅原 豊範 氏

### ☆ 防災対策委員会

委員長 及川 諭 氏  
副委員長 藤本 甚市 氏