

ふるさととくぢ



森で歩こう

～ノルディックウォーキング体験～

6月27日

雲ひとつない青空の下、森林セラピー基地・長者ヶ原エリアでノルディックウォーキング体験が開催されました。

当日は、インストラクターの指導の下、爽快な気持ちで歩きました。

ノルディックウォーキングとは？

ノルディック競技の夏場のトレーニングとしてフィンランドで生まれたもので、全身の筋肉を使う事で、足や膝に負担の少ない、より健康増進効果が高いウォーキングです。

目次

里山だより・歴史と民俗…2P

とくぢで輝く・1枚の写真から…3P

行事カレンダー…4P

行政だより…5P

地域交流センターからこんにちは・徳地の味…6P

徳地地域

◎人口 7232人

◎世帯数 3144世帯

(2010年5月末現在)





「やまぐちの 棚田20選」に

民家の池に モリアオガエル

5月24日、伏野の吉田さん宅へ、取材に伺いました。

池には白いあわの卵はたくさんありましたが、生体は残念ながら見られませんでした。しかし諦めかけた時、池の角からおんぶしたかわいらしい姿を現してくれました。

今年3月に東京から帰り、裏山や池をきれいにされたとの事で、カエルも居心地が良かったのでしょうか。

(徳地づくり達人塾)



県内の棚田のある市町から候補地区の推薦を受け、県民の皆さんによる投票や「やまぐち棚田保全会議」による第一次選考、現地調査などの厳しい条件をクリアし、徳地から三谷と串の棚田が選定されました。



三谷の棚田は佐波川の上流にある三谷川の両岸に築かれた千枚棚田です。平成14年には地域住民により「三谷いし

がき棚田会」が発足し、都市と農村の交流を図り、棚田の保存・継承と地域の活性化に取り組んでいます。



串の棚田は串川の上流、山裾に向かい段々に出来た石垣がきれいに築かれています。地区住民からなる「ゆたかな串を育てる会」が毎年開催する「さわやかウォーキング」では、近隣の都市からたくさんの参加者もあり、棚田を見渡せる道のりを歩くことで、棚田の素晴らしさを伝えていきます。串地区でも「棚田保存会」を発足し、保存・継承の気運が盛り上がっています。

(徳地づくり達人塾)



【古墳時代】

稲作などによって富を蓄えた豪族は、権力のシンボルとして墳墓を築いた。

古墳時代の初期、五、六世紀には大和政権の勢力が、防府・徳地地方にのびてきたよう、倭姫(今の防府)に皇室直轄地としての倭姫が置かれている。

八世紀の初期『日本書紀』に「周防(周防)・倭姫(佐波)」の地名がはじめて出てくる。そのあと、大和政権は郡単位ぐらゐを行政区とする国造制をしていた。周防国には大島国造・周防国造(熊毛・玖珂)・波久岐国造(吉敷)・都怒国造(都濃・佐波)の四国造が置かれたことが『国造本紀』にみえている。この国造制は大化の改新で廃止されている。

【才谷古墳】

昭和五十一年秋、中国自動車道徳地インターが設置される堀字才谷と小古祖字野路の境に、東から西に向かって佐波川に突き出ている

る丘陵の先端に発見された。当時、墳墓の天井石が落ち窪んでいたためか、地元では火葬場の跡だと伝えられ、近づくときりがあると思われる。

発掘調査の結果、時代は六世紀後半、古墳時代後期、円墳で横穴式石室。棺をおさめる室(玄室)横二m、縦三m、高さ二m、外部の通路(羨道)三・五m。

副葬品は、玄室の左隅から盗掘されたらしく、ガラス小玉、耳環二個、鉄鍬一本、須恵器一個が見つかっただけである。河原の石で丁寧に磨いているのが特徴である。なお、石室の中に入っていた土の中から縄文、弥生時代の土器の破片が見つかっている。この古墳の被葬者は、おそらく徳地に關係があった都怒国造の下にあって、この地方に勢力を張った有力豪族であったと考えられる。

古墳は最初は大きく、終末期になると古墳の規模は小さくなって群集化してゆき、仏教の伝来(五三八)によって火葬の風習がはじまり、大化の改新の際(六四五)大きな墓を造ってはならないという命令が出て、古墳時代は終わりを告げるのである。

編著 河野 正

とちで輝く 能舞台見聞記

徳宝会

去る5月16日、堀地区の井上医院内にある、能楽の『井上舞台』で設立3周年記念として発表会があると聞き、足を運んでみました。院内に入ると立派な能舞台があり、古典的な雰囲気を感じていました。舞台と間近な観客席には既に多くの人が開演を待ち、出演者は全員が紋付・袴



も判りやすく能の歴史・魅力についてお話がありました。いよいよ番組（プログラム）にはいると、出演者の皆さんは日頃の稽古の成果を十分発揮され楽しんで演じられていました。独特の抑揚の素謡・凛とした姿勢の仕舞を目の当たりに体感すると、見る方の身も心も引き締まる思いでした。

姿の盛装で多少の緊張の中、出番を待っていました。この日は会の指導者で重要無形文化財保持者能楽師の石黒孝先生（博多在住）を迎えて、発表会の前に先生から、我々に

平成13年に井上早苗さんと生徒2名で素謡の稽古を始め、平成15年には生徒も9名になり『徳地宝生謡の会』と命名、徳地文化祭にも出演するほどになりました。平成15年5月に井上医院内に謡曲の稽古場が出来たことを機会に前述の石黒先生の指導を受けることになり、会も『徳宝会』と改名しました。現在会員は11名で、毎週水曜日の午後7時から2時間稽古をしています。石黒先生から月2回指導をいただいているそうです。

徳宝会では同好者を求めています。皆さんいかがですか？一度稽古場を覗いてみては？

（取材 徳地づくり達人塾）

1枚の写真から

～湖面の風景～



群青の
ぐんじょう

湖に映りし
うみ

川柳
かわやなぎ

齊藤 宏子

(柚野)

撮影場所：野谷 大原湖

6・7月の行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
マークの見方 + 休日在宅医(外科)のご案内 ☎ ガソリンスタンド 📖 日曜当番 🏠 図書館休館日	15 ◎ 離いステーションとくち (問) 地域包括支援センター-徳地分室 ☎52-0670	16 ◎ 育児講座 「子どもの事故予防と応急手当」 (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	17	18 ◎ ホタルのタビ in 串 (問) 串分館 ☎54-0222	19 ◎ 日本クラブユースサッカー U15選手中国地区予選 9:00~17:00 山口サッカー交流広場 (問) 山口交流サッカー広場 ☎0835-56-0888	
20 🏠 天満石油 + 光山医院(今市町) ☎22-1361	21 🏠 天満石油 休	22 ◎ 定例健康相談 (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	23 ◎ あいあいサークル (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	24 🏠 メタ防教室 (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	25 ◎ 日本クラブユースサッカー U15選手中国地区予選 9:00~17:00 山口サッカー交流広場 (問) 山口交流サッカー広場 ☎0835-56-0888	
27 🏠 機上井商会 + 松本外科病院(天神) ☎22-1409	28 🏠 機上井商会 休	30	7/1	2	3	
4 🏠 ナカシマ(布) + 防府胃腸病院(駅南町) ☎22-3339	5 🏠 ナカシマ(布) 休	6	7 ◎ とくちネットワーク5研修会 講演会 10:20~ 山形開業センター (問) 徳地地域交流センター ☎52-0217	8	9 ◎ 子育て応援セミナー 「自分でできる「簡単エステ」 10:00~11:30 徳地保健センター (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	
11 🏠 前田産業(株) + 森下外科・整形外科 医院(中西) ☎24-0500	12 🏠 前田産業(株) 休	13	14 ◎ 母子健康相談 (問) 健康増進課健康づくり第三担当 ☎52-1114	15	10 ◎ グローバル交流in串 (問) 串分館 ☎54-0222	

徳地ソフトバレーボール大会開催

日時 7月18日(日) 8:30~受付
 場所 徳地体育館
 参加資格 ソフトバレーボール愛好者
 チーム編成 1チーム4人以上
 参加料 2,000円
 申し込み締め切り 6月30日

問い合わせ・申し込み先
徳地地域交流センター
☎52-0217
☎52-1468 (興村)
FAX 52-1468

病院名(場所)	電話番号	6・7月の開設日
松本外科病院(天神)	☎ 22-1409	15:20:25:30:5:10:15
防府胃腸病院(駅南町)	☎ 22-3339	16:21:26:1:6:11
桑陽病院(串町)	☎ 23-1781	17:22:27:2:7:12
緑町三祐病院(緑町)	☎ 22-3145	18:23:28:3:8:13
三田尻病院(緑町)	☎ 22-1110	19:24:29:4:9:14

夜間救急診療

防府市内6・7月の休日・夜間診療のご案内

*山口市内は市広報に掲載しています。どちらにも利用できます。

休日診療
【内科・小児科】 (受付 8:30 ~ 11:30、13:00 ~ 16:30)
 防府市休日診療所(鞆生町) ☎0835-24-4172
【歯科】 (受付 8:30 ~ 11:30)
 防府市休日診療所(鞆生町) ☎0835-24-4172
【外科】 休日在宅医(診療 9:00 ~ 17:00) ←カレンダーにて案内

行政だより

子宮がん・乳がん検診についてお知らせ

◆無料クーポン券（女性特有のがん検診推進事業）について◆

この事業は、がん検診の受診率向上を目標として、国が講じる女性特有のがん対策です。具体的には、特定の年齢（対象年齢）の方々に「がん検診無料クーポン券」を送付するものです。

対象年齢は市報6月15日号に掲載しています。また、対象者には6月末に無料クーポン券と検診手帳を送付する予定です。

徳地地域にお住まいの方は、クーポン券に同封の案内に掲載している実施医療機関のほか、防府市内の医療機関も受診できます。受診方法等の詳細については、クーポン券に同封の案内をご覧ください。

【防府市内の検診実施医療機関】

実施できる検診項目に○印をつけています。◎印は予約制ですので、必ず電話などで予約してください。

検診日・受付時間等については事前に電話でご確認ください。

医療機関名	住所	電話番号	子宮がん検診	乳がん検診
アベ産婦人科クリニック	防府市車塚町 10-25	0835-22-0385	○	
大内クリニック	防府市鑄物師町 5-38	0835-26-1103	○	
おがさまきレディースクリニック	防府市植松 559-1 コスパ防府メディカルタウン	0835-26-1107	◎	◎
黒川医院	防府市天神一丁目 7-6	0835-22-0210	○	
しんでんクリニック	防府市新田 577-3	0835-23-1553	○	
手山産婦人科	防府市栄町一丁目 8-7	0835-22-0188	○	
松本外科医院	防府市天神二丁目 1-44	0835-22-1409		◎
三田尻病院	防府市お茶屋町 3-27	0835-22-1173		◎

問い合わせ 健康増進課 健康づくり第三担当 ☎ 52-1114

「シニアいきいき診断教室」参加者募集

高齢者の交通事故防止対策の一環として、山口警察署交通課のご協力のもと、安全運転の自覚を促すことを目的とした高齢者ドライバーの運転機能の個別診断及び講習会を行います。

講習会日程

- ◎日 時 7月21日（水）10時～12時
- ◎場 所 山村開発センター前駐車場及び大集会室
- ◎内 容 運転適性検査機器を使った運転機能診断及び安全運転指導など

◎募集期間 7月2日（金）まで

問い合わせ 総務課

☎ 52-1118 FAX 52-1782

子宮がん検診実施医療機関の追加

次の医療機関が追加されました。

手山産婦人科
防府市栄町一丁目8-7
☎ 22-0188（予約不要）

メタボを予防！メタボ防教室開催

1回目 日時：6月24日（木）9時30分～11時
内容・健診結果から、メタボ度をチェック！

- ・栄養士講話「おいしくメタボ予防」
- ・終了後、希望者には体脂肪率測定、個別相談

2回目 日時：7月15日（木）9時30分～13時
内容・健康運動指導士による講話と楽しい運動実習

- ・メタボ予防の食事を試食

◎場 所 徳地地域交流センター島地分館

◎対象者 おおむね75歳未満の市民

◎定 員 15名程度

◎持参品 1回目：筆記用具、直近の健康診査結果

2回目：筆記用具、運動のできる支度、室内用運動靴、タオル、水分補給用の飲み物、試食代300円

◎申込期限 6月23日（水）

申し込み・問い合わせ

健康増進課 健康づくり第三担当 ☎ 52-1114

徳地の味

梅酒

材料

青梅	600g
A	氷砂糖 500g
	ホワイトリカー 4・1/2 カップ (900cc)

1 青梅は水洗いし、ふきんで十分水気を拭き取る。

2 深めの容器に①と A を入れて、ラップでフタをする。

3 レンジに約12分かける。

4 ラップをしたまま、室温で、そのまま置く。7~10日くらいでできあがり。

電子レンジで作れます



出来上がり!

地域交流センターからこんにちは!



5月5日「第16回歩こう大会 in 三谷」を開催しました。

5月初旬にもかかわらずジリジリと暑さを感じる天候の中、市内外より多くの方が参加され、全行程約10kmを歩きました。

途中、袈裟岩様縁日や寿福院の花祭りで一休憩。澄んだ空気と、お接待で疲れを癒しました。



絵手紙教室、始めました!

見てネ! 書いてネ!



5月14日、第1回目の絵手紙教室が開催されました。

防府の末富さんを講師に、筆の持ち方、墨の付け方を教えてもらいました。

長い筆の一番上を軽く持ち、力を抜いた状態で、まず墨で輪郭を描いた後、色を塗っていくのですが、筆を持つだけで腕がふるえて上手く描けません。何度か練習をして、苺を題材に、みんなで描き上げた絵手紙は、自分宛に送付しました。

(来夢)

発行 徳地地域づくり協議会 〒747-0231 山口市徳地堀 1533 番地
☎0835-52-0217 e-mail tokuji@city.yamaguchi.lg.jp

企画編集 徳地づくり達人塾 HP <http://tokudi.jp/>
ふるさととくちのバックナンバーはホームページでご覧いただけます
(印刷 東京印刷株式会社)