



やさしい日本語教室 開催

令和3年度に実施した講座が好評だったことに加え、掛合町在住の外国人の方々との円滑なコミュニケーションをとることによって災害時だけでなく、だれもが暮らしやすい街を作ることとを目的とし、第2回「災害時の外国人住民とのやさしい日本語講座」を9月25日に開催しました。自治振興会のメンバーや市役所職員、その他一般の方々約20名の参加でした。

雲南多文化共生まちづくり協議会の芝由紀子氏を講師に迎え、やさしい日本語の必要性や普段何気なく使っている「避難」「迂回」という言葉を「にげる」「まわり道」などと言い換える手法について講義を受けました。その後雲南市在住の外国人の方と参加者がやさしい日本語で会話する実習を行いました。



外国人の皆さんの事前学習

雲南市では約200名の外国籍の方がおられ、英語が理解できる方は約10名程度、日本語力は単語が聞き取れる、ひらがなやカタカナはわかるという方が多いそうです。聞いてもわからない、読めない方も一割強おられるそうです。実習で外国人の方とやさしい日本語で名前や食べ物好き嫌いについて会話してみました。滞在歴が短い方とは言葉だけではうまく伝わらず、どこかいいえをしながら、日本語や思いを伝えることの難しさを痛感した参加者も多かったようです。

↓ 皆さん、真剣です！



↑ こんな感じで和気あいあいと！



やさしい日本語とは「難しい言葉を言い換えるなど、相手に配慮したわかりやすい日本語」ということで、災害時の情報発信だけでなく、観光や報道、行政情報を伝えること、また医療の現場でも役に立つツールです。さらに地域での日本人と外国人の共生言語でもあり、また子供や高齢者、言葉の障害のある方などいろいろな方にとって「やさしいコミュニケーション」になるものです。

参加者の方からは「面白かった」「勉強になった」などの感想が寄せられました。次回開催時にも多くの方に参加していただいで、誰にもやさしい掛合づくりの一環となればよいと考えています。



終わった後に記念撮影♪

ごみのお話会 2022 開催！小さなことから

令和4年6月の「雲南市脱炭素宣言」をうけて、掛合地区での取組の第一歩として「ごみのお話会」を15日に開催しました。ゼロウエストジャパンの坂野さんから、リサイクル率・食品廃棄・プラスチック問題・食物連鎖などの現状の説明のあと、ごみの40%が生ごみで、生ごみ混入時の焼却には多くのコストが掛かり、燃やすための燃料となるプラスチックが必要、燃やすと温室効果ガスの発生・有害ガスも発生すると説明がありました。

燃えるごみの中で生ごみの多さに(重さ)驚き、ゴミの分別や生ごみの自宅での処理が大切であると知りました。

最後に自宅で出来る生ごみ削減方法「キエーロコンポスト」の活用方法と、現在団体は無料、個人の設置には補助金が出るとの説明がありました。

持続可能な地球環境を未来に引き継ぐために、2050年を目標に脱炭素社会実現に向けて、小さなことからコツコツと、個人ができることを知り実践していくことが大事だと実感しました。



秋季環境美化活動 開催

10月16日(日)朝晩が大分冷えこんできた秋の掛合で、秋季環境美化活動を行いました。早朝より各自治会から集まっていた、各地区の担当場所にて除草作業を行いました。雨の気配もなく気温も高くない。とても作業しやすい天候でした。みんなで一か所を作業するというのは、時間的にも体力的にも非常に効率的だと思えました。これからも皆さんの多数の参加とご協力をお願いします。そのあと環境生活部員のみで宗圓寺・忠霊塔の除草作業をしました。

掛合上地区の奉仕作業の様子



きれいに
なりました！

9月15日に開催された掛合町地域自主組織連絡会議と市長と意見交換会で出た意見についてまとめました。

●掛合の里をどうするか

↓再生計画を策定するためコンサルに発注。地域の皆さんが活用できる場にしたいと考えている。

●農地山林の荒廃について

↓条件の良いところは耕作されるが、悪いところは借り手が見つからない。地区ごとにどの農地を残していくか計画を作っているところ。

●掛合体育館の今後について(雨漏り、床の傾斜等)

↓耐震検査をしているところ。今あるものをできるだけ生かして使えるものを使いたい。

●田部グループが竹下本店の譲渡を受け、酒作りをされる

↓この秋から仕込み開始。今後は近代的な工場を作り醸造の町にしていきたいコンセプトをお持ちのよう。

●少子化による学校の統合について

↓地域の核、統合は極力しない方がいい。要望があれば進めるが、行政が統合は進めない

●中学校は部活存続の危機・部活の地域移行について

↓雲南市で一番取り組んでいる。自分のやりたい競技ができる環境は必要。部活動↓成年のクラブと縦の繋がりがあれば。

子どもがやりたいと言えば、例えば複数校で部活動を成立させた。

●子供が遊ぶ場所がない。自然があるのに定住に繋がらない

↓公園については、全部把握するように指示している。管理の担当が分かれているが、少しずつ手をつけていく。

市長からは、『例年、市政懇談会を開催していたが、コロナや災害によりなかなか取り組めなかった。声を掛けていただければ、小規模でも伺いたいと考えている』とお話がありました。

**【都市水害】**

人口の集中する都市部では地面が舗装やコンクリート地盤で覆われているため、降った雨が地中に浸み込まず、大部分が直ちに河川に流れ込みます。そのために強い雨が短時間に降ると、水かさが急激に増加し氾濫し易くなります。また下水流・用水流でも排水能力が追い付かなくなり、河川から溢れ出て浸水します。これを都市水害と呼びます。※国道、県道の側溝は概ね 50 cm の幅と深さがとって作られています。この側溝から溢れて流れている場合は、その付近は時間雨量 50 mm 以上の降水があったという事実です。車の運転は非常に危険な状態にあったことを意味しています。安全運転の咄嗟の目安になります。

また地下街との階段からの流れ込みがあったら、その先には危険な状況が起こり得る事を考えることも重要です。都市の地下街等は、開発が進んで水かさが急に増えるところもあります。

【災害をもたらす雨量とは】

災害は一般に雨の少ない地域では比較的少ない雨量でも発生し、雨の多い地域では雨量の値がある程度大きくなって初めて発生します。一日雨量がその地域の年間降水量の 5～10% を超えると災害が発生するとされています。(島根県の年間総雨量の値は約 1700 mm)

多雨地域・少雨地域という気象条件に対し、地形・植生等の地理的環境が作られ、その結果が災害発生の条件に影響を及ぼすのです。また洪水や土砂災害対策等防災対策は、最大降水量の気候統計に基づいて行われています。以前にも言いましたが、居住地の拡大によって被災の危険度の大きいところも広がっています。このため被災の発生条件が複雑にもなっています。

災害発生は雨量の値と共に雨域の広がりに関係します。大河川の洪水は広域の大雨で、また小河川や都市河川の洪水や低地の浸水は狭域の大雨でも発生します。土砂災害は斜面の地質が災害の発生に繋がり極地的な大雨によっても発生します。

災害の発生が予想されそうな大雨が降ったりすると、大雨警報・注意報が発表されます。

【記録的短時間大雨情報】

数年に一回と言う記録的な短時間の大雨を観測した場合、一層の警戒を呼びかけるものとして、大雨警報に補足して発表される報です。あくまでも気象情報であって、最上級の気象情報を意味する、いわゆる【スーパー警報】ではありません。

1982 年長崎豪雨(亡くなられた方 345 人) 1935 年山陰豪雨(同 109 人) この両豪雨では記録的な豪雨になって大きな災害が発生しました。

【ご挨拶】

掛合自治振興会だよりに永らく天ちゃんの防災教室を載せさせて頂きまして有難うございました。約 2 年半の長い間でありましたが「書いておられますね」「読んでいますよ」等のお声をかけて頂きまして、有難うございました。

この間隣町の中野地区や隣接する出雲市の一部でも災害は起きましたが、掛合地区では大きな災害もなくうれしく思っております。しかしご承知とは思いますが、地球温暖化はかなりの速さで進んでいます。今年の梅雨前線は東北南部の最上川に大水害をもたらしています。今後全ての予想はかなり厳しく思われるでしょう。安全はひとり一人が皆で協力出来る事だと思います。

天根 谷雄

◆長きに渡り、『天ちゃんの防災教室』を掲載して頂きましたが、今月号が最終回となりました。2 年半の間、大変なこともあったと思います。天根さん、本当にありがとうございました。

掛合自治振興会 一同

掛診だより 第22回

「糖尿病食事療法について」

10月から掛合診療所に赴任しました山根史子と申します。よろしくお願いいたします。

秋も深まり、いよいよ寒くなってきましたね。

秋といえば食欲の秋です！サンマ、松茸ごはんなど・・・食欲もどんどん増進されることでしょうか。

ところで、皆さん、血糖値は大丈夫でしょうか？

検診などでチェックをつけられたことはありませんか？

今回は糖尿病の食事療法についてお話していこうと思います。

糖尿病食は健康長寿食

糖尿病の食事療法で食べてはいけない食品はありません。糖尿病はいわば健康長寿食です。

大切なことは一日に必要なエネルギー量を理解し、炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルを過不足なくとることです。

食事療法の3カ条として

- ・適切なエネルギー量の食事をとる
- ・1日30品目以上
- ・食事は1日3回、規則正しくとる

外食時のメニューの選び方

外食は、エネルギー量のとりすぎにつながりやすく、栄養バランスも偏りがみられます。

外食を選ぶための注意点としては

- ・肉料理より魚料理を選ぶ
- ・一品料理より定食を選ぶ(できればサラダも)
- ・洋食や中華より和食を選ぶ

飲酒は十分気を付けましょう！

お酒は少量：1～2単位に控えましょう。毎日飲まないようにしましょう。

1単位の目安としては

- ・ワイン100ml/ビール200ml/日本酒0.4合

程度です。

分からないことや気になることがあればいつでも診療所にお越しください！

お待ちしております！

掛合分校映画上映会

僕らは島根で
演劇をはじめた

掛合分校演劇部の活動が映画になりました。
ぜひ、観に来てください！
地域で地元掛合分校を応援しましょう♪



映画
走れ！走れ走れ

メロス

出演 曾田昇吾 常松博樹 石飛圭祐 佐藤隆聖 亀尾佳宏
メロスはなぜ走るのか——三刀屋高校掛合分校は、山間にある島根県で最も生徒数の少ない高校。演劇同好会の四人は二〇二三年三月、顧問の亀尾佳宏が挑んだ若手演出家のコンクールに出場するため、「演劇の街」東京・下北沢にいた。直線距離でおよそ六〇〇キロメートル。演劇を始めたばかりの彼らがメロスを演じ、駆け抜け、そして幕が下りるまでを追った。

2022 11/20 [日]

●会場 - 掛合交流センター

●上映 ① - 10:00~ (開場: 9:30)

② - 13:30~ (開場: 13:00)

上映時間 - 50分 (予定)

入場料 - 100円

●お問合せ先

雲南市掛合町掛合 2151-1 掛合交流センター

電話: 0854-62-0189

●主催 - 掛合自治振興会

■新型コロナウイルス感染症拡大予防のためのお願い

体調がすぐれない方はご来場をお控えください。

入場に際してはマスクの着用、手指消毒、入場前の検温、名簿の記入をお願いします。

37.5°以上の発熱がある方はご入場をご遠慮いただきます。ご理解ご協力をお願いします。

[監督]折口 慎一郎 [撮影]フシキサクラ、折口 慎一郎 熱田 優雅 [制作]石原 ちみ

[企画]映画「走れ！走れ走れメロス」制作実行委員会[協力]島根県立三刀屋高等学校 掛合分校 三刀屋高校演劇部 劇団一級河川



交流センター11月カレンダー



日	曜	市・振興会事業	教室・サークル	日	曜	市・振興会事業	教室・サークル
1	火		・ケアピラティス ・ひまわり教室 ・そろばん教室	17	木	・にこにこサロン	・コールヨリージョ
2	水		・いきいきサロンコスモス ・さざんかの会	18	金	・福祉部研修会	・手芸クラブ ・そろばん教室
3	木	・文化の日	・コールヨリージョ ・さつきコーラス	19	土		・トールペイント
4	金		・手芸クラブ ・そろばん教室	20	日	・掛合分校映画上映会	
5	土		・文化協会文化祭	21	月		
6	日	・かけや健康福祉まつり		22	火		・ケアピラティス ・ひばり会 ・そろばん教室
7	月			23	水	・勤労感謝の日	・ひばり会発表会
8	火	・筆ペン教室（夜）	・ケアピラティス ・ひばり会 ・そろばん教室	24	木		・さわやかクラブ ・コールヨリージョ
9	水	・いきいきサロン	・なのはな会	25	金		・そろばん教室
10	木	・にこにこサロン	・コールヨリージョ	26	土	・かけイルミ 2022 点灯（1/3 まで）	
11	金	・出前サロン （掛合の里）	・切り絵同好会 ・そろばん教室	27	日		・そば収穫祭
12	土			28	月		
13	日	・小さな町の映画館		29	火		・ケアピラティス ・そろばん教室
14	月			30	水	・健口教室	
15	火		・ケアピラティス ・やっちゃんサロン ・そろばん教室				
16	水	・行政相談 ・室内運動教室	・いきいきサロンコスモス ・さざんかの会	※ は休館日です。 予定は変更されることがあります。			

予告 第3回小さな町の映画館

令和4年11月13日（日）

◆ 午前の部（10：00～）

「ミニオン」シリーズ

◆ 午後の部（13：30～）

「最高の人生の見つけ方」

◆ 場 所：掛合交流センター

◆ 料 金：100円（ドリンク代）

※詳しくは回覧をご確認ください！



予告

かけや健康・福祉まつり

11月6日（日）

掛合交流センターにて

10:00～11:50（受付9：30～）

春雨や落雷の
お達者落語会

◆対象者◆おおむね65歳以上の方