



【編集・発行】侍浜町振興協議会 侍浜市民センター (☎0194-58-2110)

【裏面記事】

- ・心がぬぐだまらせてもらいました
- ・交通指導員を募集
- ・令和4年春の全国交通安全運動
- ・侍浜町官公署転出者健康づくりはじ
- ・春から健康からお知らせ
- ・吉成食品からお知らせ
- ・侍浜町の人口と世帯数
- ・お知らせ

えっ!?侍浜の人がスクリーンデビュー!? 『映画『永遠の1分。』』

侍浜のあの人がスクリーンデビューしました。

二月二十六日(土)、久慈市アンバーホールにおいて全国上映に先駆けて、上映された映画『永遠の1分。』は、久慈市がメインロケ地として撮影された作品です。約四百名の久慈市民がエキストラとして参加しましたが、侍浜からも約二十名の参加があり、そのうちの何名かの方が(一瞬だけですが)スクリーンデビューしました。また、市内の様々な場所で撮影されたことから、見覚えのある

場所も映っており、誰が映っているかなども含め、映画やDVDを直接ご覧になって、探してみたいかがでしょう。

作品の内容は、アメリカ人が三・一一を題材にしたコメディ映画を撮る!不謹慎!?笑いを武器に東日本大震災と向き合うストーリー。コメディと言っても、東日本大震災と真摯に向き合い、笑いをもたらす癒しの力で困難や葛藤を乗り越えていく姿を描いた作品となっております。十一年経った今、被災地として震災につ

いて語り継がなければならぬことを思い起こさせてくれる内容でした。

上映終了後は、曾根監督と主演のマイケル・キダさんが舞台挨拶に登場しました。曾根監督は、「震災をテーマにした映画を撮ってはいけないのではないかと葛藤があったが、被災地の人々と話し合う中で、(落ち込んだ気持ち)前向きにしてくれるのは、音楽や映画などの娯楽(エンタメ)と気づき撮影に取り組んだ」とコメント。また、主演のマイケルさんは、「ドキュメンタリーの撮影シーンでは、自然と涙が流れ、演じているのか、自分の気持ちなのかかわからなくなっ

たところもあった。」「久慈はおいしいものがたくさんあり、特に、寿司、かぼちゃまんじゅう、日の出が見られるのが好き」との感想がありました。

久慈市(商工観光課)では、効果的な地域の魅力を発信し、地域活動の活性化を図るため「ロケツーリズム事業」を推進しており、今回の映画は、東京で行われた映画制作者との商談会において、制作者側との商談が成立したことに、久慈市がメインロケ地として撮影が行われたもので、令和二年十月に撮影が行われました。久慈市の撮影支援として、ロケハウスの対応、撮影場所の交渉、各種申請手続きの代行、エキストラの募集などに取り組み、市内企業からは衣装や美術の提供が行われ、市内約二十か所の施設や飲食店で撮影が行われました。

このほか、ロケツーリズム

△事業の一環として、日本テレビの『THE!鉄腕DASH!』や、フジテレビの『終着駅からはじめちゃおう』サンドウィッチマン・井森美幸、仙台放送の『ロッチ中岡と四千頭身後藤の三陸仲良し旅!〜一万円で行ける?』の撮影にも協力しております。

なお、映画『永遠の1分。』は三月四日(金)から全国上映されております。

△事業の一環として、日本テレビの『THE!鉄腕DASH!』や、フジテレビの『終着駅からはじめちゃおう』サンドウィッチマン・井森美幸、仙台放送の『ロッチ中岡と四千頭身後藤の三陸仲良し旅!〜一万円で行ける?』の撮影にも協力しております。

健康だより



こんにちは、春になりましたね。今月は、「睡眠」についてお話をします。

心身の健康と睡眠

睡眠不足や不眠をはじめとする睡眠障害は、うつ病などのこころの病気だけではなく、高血圧や糖尿病などの生活習慣病のリスクを高めることが明らかになっています。

心地よい睡眠を確保する

朝は毎日同じ時間に起床するなど生活リズムを整えたり、就寝前には音楽や読書、アロマセラピー、軽いストレッチなど心身をリラックスさせることが大切です。

眠れない日が続くとき

不眠などの睡眠障害は、放っておくとうつ病の原因にもなります。眠れない日が続いていたら、医療機関等を受診しましょう。

保健推進課 侍浜地区担当保健師より



侍浜保育園



侍浜小学校 卒業生 男子6名 女子4名 計10名



侍浜中学校 卒業生 男子6名 女子8名 計14名

令和4年3月15日 久慈拓陽支援学校 卒業式

小学部 1人卒業 中学部 3人卒業 高等部 15人卒業



侍浜保育園で十三回目の卒園式

侍浜保育園の基本理念は「心身ともに健やかでふるさとを愛し、地球を愛する心を育む」となっている。郷土愛と自然保護を強調する基本理念は全国的にも珍しい。世界各地で頻発する洪水や干ばつ、砂漠化などの気候変動を念頭に、子どもたちがグローバルな視点を持って行動することを目的に制定したという。

野菜作りもその一環である。畑を耕して堆肥を蒔き、畝を作ってジャガイモを植えていくのだが、収穫するまでにはいろんな作業があることを知った。水やり、雑草の除去など、子どもたちにとつて全てが生まれて初めての体験であった。

三寒四温が続く、もうそろそろ春の到来かと思っていたら、とめどなく降り積もる雪で銀世界に変貌した三月十九日(土)、侍浜保育園で純白の卒園式が挙行された。

男児六名、女児五名の計十一名が、通いなれた保育園をあとにした。

卒業証書を手にした十一名が一人ずつ前に出て、両親に向かって入学の抱負を元気に述べていた。

今年度もコロナ禍の暗雲が重苦しくたれこめた1年であったが、園児たちは広々としたアザレア庭園で思いっきり駆け回り、大自然の息吹を身体いっぱいに浴びながら、たくさん思い出を作ることが出来た。

野山から木の葉や小枝を拾って燃やし、おき火になつてからイモを放り込むのである。

「あついなついな」「うまいうまい」と言いながら、外で食べるサツマイモの味は格別だ。

そして、十二月には「おゆうぎ会」だ。男児、女児とも日本舞踊に挑戦した。はかま姿の男児はりりしい若武者になって男らしく舞い、女児はさざ波のように指をふるわせ、扇を持つ手は花びらのように可憐だ。

入園した頃は母親のあとを追って泣いてばかりいた子が、旺盛な自立心を持ち、たくましく成長したのである。

指おり数えて待った一年生はもうすぐだ。こどもたちを未知の世界が微笑みながら待っている。



心がぬぐだまらせてもらいました

ある日、突然、たくさんの子ども達からプレゼントが届いたら・・・

三月十一日(金)の朝、交通指導員の長代福巳さんが、侍浜小学校付近の交差点で見守り活動の実施中、侍浜小学校の六年生十名と引率の先生が長代さんのもとへ訪れ、「いつも見守りありがとうございます」とメッセージとともに、児童一人ひとりから手作りの御守りが手渡されました。

このサブライズに長代さんは「突然のことでびっくりしましたが、コロナや戦争など暗い話題が多い中、感謝感激でとてもありがたかったです。心がぬぐだまらせてもらいました。十人から御守りをいただき、週替わりに車のルームミラーにぶらさげるなど、大事に



児童からもらった御守り

交通指導員を募集

生活環境課 四五四一八〇〇三

市では交通指導員として交通安全のため力になっていただける人を募集しています。

交通指導員のお仕事としては、主に通学時やイベントの際、歩行者等の交通安全確保、学校や保育園などで行う交通安全教室、街頭啓発活動などの活動を行っております。

侍浜地区では一名の方が委嘱され、侍浜地区や市内において交通安全のため活躍していただいております。

指導員には、自営業や定年退職した人など、さまざまな人が集まっています。平日参加ができませんが、それ以外の日に活動していただくことも可能です。応募方法...

募にあたり専門的な知識は不要です。委嘱後、市役所や市外での研修会があります。興味のある人は、ぜひご応募ください。

募集人数... 若干名

主な活動... ①通学時の児童・生徒の安全確保、②市内保育園、小・中学校などでの交通安全教室、③イベント時の歩行者の安全確保

活動条件... 報酬は活動時間1時間あたり千円、制服は貸与します。

応募資格... 次のすべてに該当する人

①普通自動車免許証を保有、②人格円満で健康

③ボランティア精神がある

申込期間... 随時募集

令和4年 春の全国交通安全運動

スローガン「通学路 速度を落とす 思いやり」

- 期間 4月6日(水)~15日(金) (4月10日(日)は「交通事故死ゼロを目指す日」です)
重点事項 1 子どもを始めとする歩行者の安全確保
2 歩行者保護や飲酒運転根絶等の安全運転意識の向上
3 自転車の交通ルール順守の徹底と安全確保

春から健康づくりはじめるんか? グラウンド・ゴルフの効果

雪の少ない冬が終わり、春がやってきました。寒さやコロナ禍にあることなど、体を動かす機会が減り、体力が落ちている方、春から健康づくりをはじめませんか?!

侍浜で活発に行われている「グラウンド・ゴルフ」が健康に及ぼす効果として、一日あたりの歩数や身体活動量が増加し、下半身の筋力が維持され、立つ・歩くための機能が保たれるとともに、他の人と一緒に楽しむことで、心身にとつて良い効果があると言われているとあります。

このお悩みの解決につながるならば、二月十七日(木)侍浜市民センターにおいて、「睡眠と健康の知恵袋講座」が行われました。

明治安田生命保険相互会社盛岡支社のFPコンサルタントの竹原浩之氏を講師として、まずはお申し込みを、貸し出し用の道具もあり、貸し出しの道具もありませんので、まずは試しに参加し、楽しめるようになってきたら、「侍浜町グラウンド・ゴルフ協会」の会員として登録してみたいかがでしょうか。



あなたは「だんだん眠くなる」睡眠講座

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」、「翌日に疲れが残っている」といった方は、「あなたはだんだん眠くなる」の催眠術で深い眠りにつきたいところではないでしょうか。

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」、「翌日に疲れが残っている」といった方は、「あなたはだんだん眠くなる」の催眠術で深い眠りにつきたいところではないでしょうか。

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」、「翌日に疲れが残っている」といった方は、「あなたはだんだん眠くなる」の催眠術で深い眠りにつきたいところではないでしょうか。

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」、「翌日に疲れが残っている」といった方は、「あなたはだんだん眠くなる」の催眠術で深い眠りにつきたいところではないでしょうか。

「眠りたくてもなかなか眠れない」、「年齢とともに眠りが浅くなった」、「翌日に疲れが残っている」といった方は、「あなたはだんだん眠くなる」の催眠術で深い眠りにつきたいところではないでしょうか。



睡眠満足度アップのポイントを説明

に迎え、よりよい睡眠をとるためのポイントについて講演いただきました。睡眠は、過去や他人と比べるのではなく、今の自分に最適な睡眠を見つけていくことが重要。体内時計を整え、起るべき時間にスッキリ起き、眠るべき時間に眠くなる、体内時計を整えるためには、規則正しい生活が重要とのことでした。なお、「羊が一匹、羊が二匹・・・」と数えても眠れるようにはならないそうです。

- 四月(卯月)
四日 侍浜保育園入園式
六日 侍浜中学校新入式、始業式
六日 侍浜小学校始業式
七日 侍浜小学校入学式
七日 久慈拓陽支援学校始業式
八日 春の全国交通安全運動街頭啓発活動
八日 久慈拓陽支援学校入学式
八日 侍浜小学校授業参観・PT A総会
二九日 昭和の日

侍浜町の人口と世帯数

(令和4年2月末現在)

Table with 2 columns: Category (人口, 世帯) and Data (Total, Male, Female, Previous Year Ratio).

お知らせ

- 三月(癸卯)
三日 侍浜中学校授業参観・PT A総会
二九日 昭和の日

令和3年度末 侍浜町官公署転出者 (敬称略)

この度の人事異動で、侍浜町内の官公署等から転出なさる方々を紹介いたします。長い間、町内の各施設でその手腕を遺憾なく発揮され、多大なる貢献をいただきましたことに感謝申し上げます。新任地におきましてもご活躍を祈念しています。ありがとうございました。

Table with 4 columns: 官公署等, 職名, 氏名, 転出先・職名等. Lists staff members from various schools and departments.

印刷日程の関係から今回掲載した名簿は令和4年3月23日までに確定している方々のみ掲載しています。

吉成食品のお知らせ. Includes information about 'ヨシナリ肉の日' (Yoshinari Meat Day) on April 23rd and 'サムライギギ' (Samurai Giki) products.

- 二九日 昭和の日
二三日 侍浜中学校授業参観・PT A総会
八日 久慈拓陽支援学校入学式
八日 侍浜小学校授業参観・PT A総会