



集落支援員 じゅっちゃんの アロハ ALOHA! 五城目町。



五城目町のみなさま、Alo-ha! 太陽に燦々と照らされた
みどり色の苗が風にたなびく季節、いかがお過ごしでしょうか。
今月は、先日開催したイベントについて報告させていただきます。
育休明け最初のイベントとして、「ゴジョウメの〈孫抱き〉」と
称し、町のみなさんに首の座り始めたわが子を順番に抱っこし
ていただき、多世代で〈まちで子どもを育てること〉について
対話する場を設けました。

〈孫抱き〉とは、明治～大正時代にかけて東北の一部で行な
われていた風習。現代の家庭の多くは、子を守るのは親しかい
ないと感じやすい環境にあります。愛おしいからこそ、命の責
任を背負い、苦しさを覚えている人もいます。

ただ、〈まちで育む〉と言っても、「泣き声が迷惑じゃないか
な」、「安全に触ってくれるかな」と思ったり、世代による子育
て論の違いを懸念したりと、人に頼るのも簡単ではないのが正
直なところではないでしょうか。

しかし、まずご縁あ
る地域の方が集まり、安
心な環境で子どもを抱っ
こしていただくことで、「親がみなければ」という枠組みがゆ
るみ、肩の力が抜けるような感覚がありました。

わが子は大泣きしていましたが(笑)、「そういうものよ〜」と
おおらかに見守られ、みんなで大笑いしながらあやしたり、子
育ての先輩の経験談を聴いたりすることで、いつのまにか子育
ての責任が分散されているような、不思議な感覚が生まれてい
ました。

五城目のアートギャラリー「ものかたり」小熊美奈子さんオ
リジナル作成の「100ノート」(孫抱き御朱印帖)に、お一人
おひとりから愛のこもったメッセージを書いていただいたの
で、子どもが大きくなってからも、〈まち〉のみなさんから愛さ
れていることを感じてくれたら嬉しいなあと思っています。

五高 NEWS 創立80周年

五城目高校のわだいを定期的にお届けします!



5月16日火に行われた壮行会



6月9日金の報告会では、キャプテンに全
県総体の振り返りと、県民体育大会への
抱負を語ってもらいました。

全県総体に出場

～皆の期待を背負い全力で挑む～

《弓道部》

今回の大会では、部員数が少ないた
め男女とも団体戦に出ることができず、
個人戦のみの出場となりました。弓道は
個人競技ですが、チームの雰囲気は勝
敗を分けることがあります。

今後は県民体育大会に向けて練習を
積み重ねて、国民体育大会への出場を
目指します。(3年 土田結楽)

《男子バスケットボール部》

初戦で、秋田高校に64対50で負けて
しまいましたが、第2～4クォーターは、

ほぼ互角の試合ができました。技術的
には秋田高校が上でしたが、自分たちは
「みんなで勝つぞ」という気持ちが強
く、いい試合ができました。今回の大会
を通じて、ゴール付近でシュートを決め
るのが課題だと感じました。

部員数が6人と少ない状況ですが、
全県総体の課題を解決して、一人一人
が自覚をもって県民体育大会に臨みた
いです。そして応援してくれる方への感
謝の気持ちを忘れずに、いい試合をし
たいです。(3年 伊藤隆志)

今後の予定

6月30日(金)～7月1日(土) 県民体育大会(バスケットボール部)	7月7日(金)～21日(金) 全国高等学校野球選手権記念秋田大会 (野球部)
6月30日(金)～7月2日(日) 吹奏楽コンクール中央地区大会 (吹奏楽部)	7月16日(日)～17日(月) 県民体育大会(弓道部)
	7月28日(金) 中学生体験入学

五城目高校ホームページ：<http://www.gojome-h.akita-pref.ed.jp/>

8020(ハチマルニイマル)いい歯の表彰募集

▶対象者

- ①秋田県内に住所がある方
 - ②20本以上自分の歯(入れ歯やインプラントを除く)がある方
 - ③令和5年4月1日時点で、満80歳以上(昭和18年4月1日生の方まで)でこれまでに表彰(認定)を受けていない方
 - ④協力歯科医療機関から推薦された方
- ※過去に当機関から推薦された方(表彰(認定)を受けている方)は除く

- ▶募集期間 10月10日(火)まで
- ※協力歯科医療機関で認定審査を受けていただきます。下記へお問い合わせください。
- ※対象者には年度内に認定証を交付します。

■ 秋田県歯科医師会(☎865・8020)
県庁健康づくり推進課(☎860・1426)

これからも
お元気で。
元気に長生き!
◆90歳を迎えられた方
(5月20日現在)
6月10日 □□ □□さん
(平ノ下)

町地域包括支援センターからのお知らせ

「健康長寿ピクス」を開催します

- 運動を通して体力や認知機能の低下を予防しましょう。
- ▶対象者 運動に支障のない高齢者
- ▶日時 7月13日(木) 午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 健康運動実践指導者 白沢 尚大さん
- ▶内容 ストレッチ、筋力トレーニング等

「からだづくりフィットネス」を開催します

- ストレッチや体操で今の体力の維持・向上を目指しましょう。
- ▶対象者 運動に支障のない高齢者
- ▶日時 7月26日(水) 午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 健康運動実践指導者 齊藤 明裕さん
- ▶内容 ストレッチ、有酸素運動等

「男性のための健康運動教室」を開催します

- 男性を対象とした運動教室です。体力の維持・向上を目指しましょう。ご友人と一緒に参加してみませんか。
- ▶対象者 高齢者(男性)
- ▶日程 7月18日(火) 午前10時30分～午前11時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 健康運動実践指導者 齊藤明裕さん
- ▶内容 ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動等

【持ち物】 飲み物、タオル、運動しやすい靴、介護予防手帳(65歳以上でお持ちでない方へは交付します)

マスク着用を推奨します。運動しやすい服装でお越しください。
いずれも、五城目町はつつポイント事業の対象です。

「やさしい健康運動教室」を開催します

- 椅子やマットの上で行うことができる軽い運動を中心とした教室です。
- ▶対象者 高齢者
- ▶日時 7月21日(金) 午後1時30分～
- ▶場所 大川地区公民館
- ▶講師 健康運動指導士 星 良子さん
- ▶内容 ストレッチ、軽い筋力トレーニング等
- 午後2時30分から体組成計・足指筋力測定器による健康チェックを行います。

「笑いヨガ」を開催します

- 笑うことで、身体・脳に多くの酸素が取り入れられ、元気になるといわれています。
- ご友人等と一緒に参加し、思いっきり笑って健康を目指しましょう。
- ▶対象者 高齢者
- ▶日時 8月1日(火) 午後1時30分～午後2時30分
- ▶場所 五城館 1階多目的ホール
- ▶講師 笑いヨガ認定ティーチャー秋田県第1号
伊藤 晴美さん
- ▶内容 笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた健康法で、座ったままの状態で行えます。



■ 町地域包括支援センター (☎855・1070)