



ひがしよしの 広報

2023
(令和5年)
12月号

Vol. 608

東吉野まるごとフェスティバル

4年ぶりの通常開催となり、文化発表会や文化展覧会、
農林産物品評会、健康フェスティバル、その他模擬店等各コーナ-
などが設置され、多くの方に来場していただきました。

東吉野まるごとフェスティバル

11月18日と19日の2日間、村運動公園で、「東吉野まるごとフェスティバル」を開催しました。
開会式では水本村長、厚生建設経済委員長の丸井議員の挨拶のあと、農林産物品評会表彰式を行い、優秀な産物を育てられた入賞者の表彰が行われました。

まるごとフェスティバルでは、村の農林産物の振興を図る農林産物品評会や村民の皆さんの文化芸術に対する創作意欲を高める文化展覧会、健康に対する意識の高揚を目的とする健康フェスティバル・大正琴・コーラス・3B体操等多くの住民グループの方々の協力による文化発表会、屋外では村民有志の模擬店やフリーマーケット等が一堂に集結しました。本年度は特別出演として、「ひらひら人形劇場」による人形劇、「大道芸人うーちゃん」によるステージパフォーマンス、「デ・オッシ」によるダンスによる音楽コンサートがあり、多数の来場者で賑わいました。

【農林産物品評会】

今年は206点の出品があり、品評会展示場には、皆さんが丹精こめて育てられた袖や白菜、長大根等が勢揃いしました。
出品物は19日に即売され、即売会の売上金は、善意銀行に寄付させていただきました。
農林産物品評会の入賞者は次のとおりです。

特賞

奈良県知事賞

奈良県農業会議会長賞

東吉野村長賞

大根

優秀賞

奈良県南部農林振興事務所長賞

五條吉野農業推進協議会長賞

奈良県農業共済組合長理事賞

玉ねぎ

奈良県農業協同組合代表理事理事賞

さつまいも

東吉野村議会議長賞

白菜

東吉野村農業委員会賞

キウイ

大字中黒

大丸

結佳

大字小

福田

耕治

大字木津

山口

英明

大字小川

東

正人

大字木津川

鳥帽子

輝典

大字小

西平

雅子

大字伊豆尾

中尾

智恵子

大字伊豆尾

西

富美枝

大字三尾

弓場

定義

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

大丸

洋子

大字平野

久保

吉夫

大字小

南

キミ子

大字三尾

今西

和子

大字鶴家

梅本

文生

大字中黒

植平

千鶴代

大字中黒

天忠組シンポジウムin大和 第3弾

10月28日に五條市、安堵町、十津川村、東吉野村の四市町村で組織しています天忠組市町村連携協議会が、天忠組義挙160年を記念して、「天忠組シンポジウムin大和」の連続講座第3弾を天理市にある、なら歴史芸術文化村のホールで開催され、約150人の参加がありました。

今回は「天忠組を伝える」と題し、踊り手を五條市職員、音頭を大和の郷土芸能実践研究科の小関吉浩氏による「天誅踊」が披露されました。その後、奈良女子大学教授の武藤康弘氏による「奥吉野の天誅踊」についての基調講演を行い、その後、コーディネーターに奈良県立大学客員教授の岡本彰夫氏を、パネラーに奈良女子大学教授の武藤康弘氏と小関吉浩氏を迎え、「天誅踊について」と題しパネルディスカッションを行いました。天誅組の伝承・顕彰に貢献していただいた元東吉野村教育長の阪本基義氏に会から感謝状が贈られ、その後岡本彰夫氏と、「天忠組への想い」について対談が行われました。

会場を訪れた参加者は、熱心に講座を聴き天誅組について学びました。



パネルディスカッションの様子



天忠組市町村連携協議会会長 水本実村長挨拶



対談の様子



天誅踊披露

天誅組大和義挙160年記念事業（維新発祥の地・五條）天誅組終焉の地・東吉野）第2回講演会

11月4日、村住民ホールで天誅組大和義挙160年記念事業第2回講演会として講演及び対談が行われ、村内外から約170名の参加がありました。

水本村長の挨拶の後、五條Jr. バンド〜奏〜による天誅組の歌の演奏等が行われ、その後に「天誅組と私」と題し、講師に奈良県立大学客員教授の岡本彰夫氏を迎え、講演が行われました。

その次に、フリーアナウンサーの桑原征平氏をコーディネーターに、元東吉野村教育長の阪本基義氏、天誅（忠）組記念館館長の草村克彦氏、東吉野村天誅組顕彰会会長の榎本君孝氏を加えた、5人によるパネルディスカッションが行われました。

参加した皆さん

は、熱心に講座を聴き天誅組についての理解を深めました。また、村住民ホール前では、天誅組に関する書籍や、五條市の富有柿が販売されました。



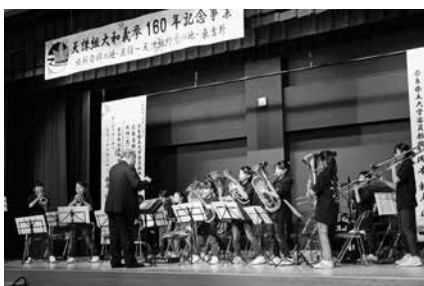
岡本彰夫氏による講演



水本村長挨拶



パネルディスカッションの様子



五條Jr.バンド〜奏〜による演奏

天誅組志士慰霊大法要



11月5日、大字小川の宝泉寺で、村天誅組顕彰会主催の天誅組志士慰霊大法要が行われました。

この法要は、毎年、天誅組顕彰会が実施しており、本年は、天誅組大和拳兵から160年の記念の年にあたるため、刈谷市をはじめ天誅組三総裁ゆかりの各市町関係者にもお声がけし、51名が出席して盛大に行われました。

法要では、村

天誅組顕彰会長の榎本君孝氏の祭主祭文のあと、水本実村長が追悼のことばを述べられました。

160年前の出来事に思いを馳せ、安らかに眠られますことを祈るとともに、その熱い思いが永遠に継承されることを念じ、しめやかに閉会しました。



法要の様子

サイクルイベント 東吉野でポタリング

10月29日、サイクルイベント「東吉野でポタリング」を開催しました。当日は、28名の方が参加し、参加者は、村内各地に設置された全てのチェックポイントの通過を目指し、景色を楽しみながら自然の中を自転車で走りました。ゴール時には、チェックポイントの獲得数に応じて景品を手渡し、村を楽しめるイベントとなりました。



サイクリングの様子



出発前



ひよしのさとマルシェで昼食



チェックポイント到着

東吉野清流ウォーク

11月3日、東吉野清流ウォークを開催し、72名の方に参加していただきました。

参加者は、ふるさと村から役場までの道のりを「のんびりコース」4km、「ゆったりコース」6km、「とらいコース」10kmの3コースに分かれ、快晴の中、秋の自然を感じながらウォーキングを楽しまれました。

ゴール地点の役場では抽選会が行われ、最後まで楽しめるイベントとなりました。



ウォーキングの様子



3B体操の様子



抽選会の様子

東の滝・夢淵ライトアップ開催

11月6日から12日までの7日間、東の滝、夢淵、丹生川上神社周辺でライトアップを行いました。

11日（土）、12日（日）にはフードブースが設けられ、多くの来場者で賑わいました。

他にも、丹生川上神社主催による「月涛賀ゆう 龍神画展」、「みつゆきハーブ会 アイリッシュハーブ奉納演奏」、「広陵金明太鼓 ライトアップコンサート」、「伊賀人（いがびと）奉納演奏」が行われました。

目玉となるライトアップでは、滝と川の水面が照らされると幻想的な空間となり、来場者を魅了していました。



ライトアップの様子



コンサートとフードブースの様子



こども園 ハロウィン訪問

11月7日、東吉野こども園の園児達が、園外保育で役場を訪れ、少し遅めのハロウィンとなりましたが、村長、副村長、教育長、各課長からお菓子をもらうために、「トリック・オア・トリート」と合言葉を唱え、一人ひとりお菓子をもらいました。

ハロウィンでは年齢を問わず、仮装した子どもと大人が一緒になって楽しめる、素晴らしいイベントとなりました。



ハロウィンの様子

東吉野村美緑の森づくり事業 第22回「コスモの森」森林保全活動

東吉野村美緑の森づくり事業の一環として、平成22年度から続けられている森林整備体験や森林保全学習を行う「コスモの森」が11月11日大字小の山林等で行われました。

この活動は、先に締結した東吉野村美緑の森づくり事業「コスモの森づくり」の協定に基づき、コスモ石油(株)堺製油所社員及びグループ会社社員とその家族が森林整備(下刈り、つる刈り、除伐等)により健全な森林育成を実施し、社員のみならず堺市民その他一般の方々の森林保全学習や自然生態系に関する体験学習などに利用できるエコツアー区域を作りあげるもので、年2回(春・秋)実施し、今回22回目となります。

当日、吉野中央森林組合の方より作業の説明があり、45名の参加者が各班に分かれ、地元協力者の保有する山林で間伐作業や、ふるさと村で薪を使ったピザ作りの体験をしました。



ピザ作り体験の様子



参加したコスモ石油(株)堺製油所の皆さんとその家族

秋の褒章 松久保久永氏に藍綬褒章

秋の褒章が11月3日付で発令され、本村消防団団長松久保久永氏が、公衆の利益を興し成績著明なる者又は公同の事務に尽力した者に贈られる藍綬褒章の荣誉に輝きました。

松久保久永団長は、平成3年1月本村消防団に入団され、現在団長として32年余の永きにわたり、献身的に住民の生命財産保護のためご活躍され、消防施設の充実と防災体制の強化・拡充を図るとともに火災予防思想の普及等に尽力されております。

今回の受章は、これら消防団団長として永年の功績が認められたものです。

松久保氏の今日までのご労苦に深く感謝いたしますとともに、今後ますますご活躍されますことをご祈念申し上げます。



藍綬褒章を受章された松久保久永氏

秋季東吉野材まつり市開催

11月9日、桜井市の西垣林業株式会社原木市場において「秋季東吉野材まつり市」が開催されました。

初めに西垣林業株式会社上席執行役員の横谷氏より挨拶があり、エネルギーや資材が高騰している中、木材価格はデフレが続く厳しい状況ではあるが、自然災害に強い山作りと、安定した原木の供給を目指すとして述べられました。

挨拶後は競りが行われ、様々な買い手の方が集まり、多くの材が売れ、活気ある東吉野材まつり市が行われていました。



横谷氏挨拶



競りの様子

奈良介護大賞を受賞

11月11日、奈良市のなら100年会館で行われた、奈良介護の日実行委員会主催による「なら介護の日2023」において、特定非営利活動法人東吉野村まちづくりNPOが奈良県から「奈良介護大賞」を受賞されました。

東吉野村まちづくりNPOは、住み慣れた家や地域で暮らしていきける視点を大事にし、村で最後まで自分らしく暮らせるよう、空き家7軒を利用した多機能ホームを活用し、医療や介護、ボランティアや地域の方々が一括として生活を支えるネットワークを構築し、安心して老いることのできる村づくりに取り組んでこられました。

また、多機能ホームの一つであるあいの家では、子供たちの遊び場などを設置し、世代を超えた交流の場として機能しています。



健康のひろば

12月の保健事業

お問い合わせは
住民福祉課へ

悩みごと相談所

臨床心理士が、様々な悩みに
カウンセリングをしながら具
体的なアドバイスをしています。相
談された内容は秘密厳守されま
すので、お気軽にご相談ください。

とき

12月16日(土)
10時～16時

(12時～13時までを除く)

ところ

役場1階会議室

申込み

相談を希望される方は予約制
です。12月14日(木)まで
に住民福祉課へご連絡ください。
【相談者1人につき1時間、1日
5名まで】

子育てサロン

(びよびよサークル)

とき

12月20日(水) 10時～11時

ところ

役場3階大会議室

対象

就学前の子どもと保護者、妊

婦

内容

体重測定・育児相談・保護者
同士の交流

持ち物

マスク、飲みもの

申込み

参加ご希望の方は、12月18日
(月)までに住民福祉課へご連絡
ください。

インフルエンザ予防接種費用
助成金のお知らせ

助成の対象となる接種期間は、
12月31日(日)までです。
接種期間は医療機関によって
異なりますので、接種を希望さ
れる方は事前に医療機関にご確
認の上、予防接種をお受けくだ
さい。

【高齢者等】

対象

東吉野村に住民票があり、予
防接種当日、次のいずれかに該
当する方

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓・
腎臓・呼吸器の機能またはヒ
ト免疫不全ウイルスによる免
疫の機能に身体障害者手帳1
級程度の障害を有する方

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

☎42-0441

込みください (12月28日(木)
まで)。

②接種当日、役場が発行した必
要書類を持参し、予防接種を
受けてください。

③かかった費用を一旦、全額医
療機関にお支払いください。

④予防接種の領収書と予診票の
写しを添えて、申請書を住民
福祉課へご提出ください。

⑤接種費用から自己負担金を除
いた金額を助成します(ただし
上限は3,660円)。

助成金申請書

令和6年2月29日(木)

【子ども】

対象

東吉野村に住民票があり、平
成17年4月2日以降に生まれ
た方で接種当日の時点で生後6
か月に達している方

※13歳未満は2回、13歳以上
は1回接種

助成対象接種期間

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

令和5年10月1日(日)～
令和5年12月31日(日)

助成金申請書

令和6年2月29日(木)

南奈良総合医療センターにおけ
る新型コロナウイルス接種(令和
5年秋開始接種)について

村の集団接種は10月で終了し
ましたが、南奈良総合医療セン
ターでは引き続き左記日程でワ
クチン接種を実施します。接種
を希望される方は、ご自身で
予約ください。なお、接種にあ
たっては接種券が必要となりま
すので、予約前に住民福祉課へ
ご連絡ください。

先

【南奈良総合医療センターの予約

予約専用電話番号…0747-
545083

(毎週 月・水・金曜日 10時～
14時)

予約はひと月前の同日からと
なります。

【金曜日】 17時30分～20時30分 ※生後6か月～11歳以下は 金曜日のみ接種可	【土曜日】 9時30分～12時00分 13時00分～15時30分
12月 1日	12月23日
12月22日	
1月 5日	

令和5年12月 奈良県医師会の学術部会が行う健康相談

お気軽にお問い合わせください

相談日の種類	日 時	予約の必要	主催する部会
目の健康相談	12月12日(火) 午後2時～3時	予約必要	奈良県眼科医会
整形外科に関する 健康相談	12月19日(火) 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切12月18日(月)	奈良県医師会 整形外科部会
内科疾患に関する 健康相談	12月20日(水) 午後1時30分～2時30分	予約必要	奈良県医師会 内科部会

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合がございますので、必ず事前にお問い合わせください。

場 所 奈良県医師会館 1階 県民健康サービス室(近鉄大和八木駅から北へ徒歩7分)

連絡先 〒634-8502 橿原市内膳町5-5-8 奈良県医師会各主催部会

TEL 0744-22-8502 FAX 0744-23-7796

C型肝炎ウイルス検査

肝臓は沈黙の臓器と言われ、肝炎などの慢性の病気になっても自覚症状が乏しいため、病気が進行してから診断されることが多く、早期発見、早期治療が難しい臓器です。

肝臓の病気の原因には、肝炎ウイルス、脂肪肝、薬物、アルコール、自己免疫などがありますが、今回は、C型肝炎についてお話しします。

C型肝炎ウイルス(HCV)は1988年に発見され、HCV感染者の血液や体液を介して感染し、主な感染経路は輸血、汚染された注射器の使用、刺青などで、感染率は低いですが母子感染、性行為感染もあります。しかしHCV感染血液に直接触れなければ、一般の日常生活で感染する可能性はほとんどありません。

HCVに感染すると、約20～30%の人はウイルスを体内より排除できますが、残りの約70%は持続感染者となり、慢性肝炎、肝硬変、さらに肝臓がんに進行するといわれています。我が国のHCV持続感染者は、約90万人と推定され、肝炎発症患者さんは約30万人といわれています。

しかし、HCVに感染していても、気が付いていない方もおられます。そのため国は全ての国民に少なくとも1回は肝炎ウイルス検査を受ける必要があると考えています。

HCV感染は採血で、HCV抗体検査を行います。陽性なら精密検査で、血液中にHCV遺伝子があるかどうかを確認し、確定診断します。奈良県では、40歳以上の方にB型とC型肝炎ウイルス検査が市町村の肝炎ウイルス検診で受けられ、保健所では、無料でB型・C型肝炎検査を行っています。

近年、C型慢性肝炎・肝硬変治療は、新薬が開発され、治療効果が劇的に改善され、95%以上の患者さんにHCVの排除が可能となり、C型肝炎は治る時代を迎えました。

奈良県は肝炎検診の受診率が全国でかなり低い方です。一度も肝炎検査を受けていない方や、肝炎検査の結果がわからない方は、地域の市町村、保健所にお問い合わせの上、肝炎検診を受けてください。

奈良県医師会

こんにちは 地域包括支援センターです



いきいき美容教室を開催しました

化粧の力で介護予防。健康寿命をのばして、いつまでも、元気に、楽しく、美しく！
11月7日に住民ホールにて、資生堂ジャパンの講師によるいきいき美容教室を開催しました。

11名の方が参加され、化粧をする事によって得られる3つの効果や、ストレッチを中心とした準備体操、資生堂の化粧品を使用時のメイクアップを行いました。

「楽しく参加できました。」「最近はお口紅をつけていなかったの、とても楽しかった。」「唾液腺を意識したマッサージも良かったです。」等の感想をいただきました。

最後に村長より「来年も開催したいと思いますので、より多くの方にご参加いただきたい。」とお言葉がありました。



☆出前介護相談のご案内

○介護疲れで話を聴いてほしい ○介護の仕方を教えてほしい ○介護制度に関すること 等々
(秘密は厳守いたします)

担当者がご自宅に訪問し、介護のご相談に対応いたします。

地域包括支援センターへお気軽にご連絡ください。

☆障がい者介護相談のご案内

障害のある方やそのご家族を対象に暮らしの事、将来的な事、生活上の心配事等々の相談をお受けするため、東吉野村役場にて専門相談員による窓口を開設しています。

例えば、

『人と話したり関わるのが苦手・・・だけど外に出たい。何か方法はないかな?』

『福祉サービスってどうやったら使えるの?どんなものがあるの?』

『高齢になってきて、子供の将来が心配・・・。』 e t c .

下記の日程で来所もしくはお電話にて相談員が対応いたします。

日 時 12月20日(水) 14時～17時 **場 所** 役場1階会議室

TEL 42-0441(住民福祉課) ※担当相談員にお繋ぎします。

※足を運ぶのはちょっと・・・『でも、直接話を聞いて欲しい!』という方は事前に上記連絡先にお知らせしていただければ訪問させていただきます。

※相談窓口開設日以外でも、生活相談センターのどこかへ直接電話相談可能です。

TEL 0747-53-2153へご連絡いただければ相談員が対応いたします。

(のどか開所日 月曜～金曜9時～18時30分/第1・第3土曜13時～17時)



給食センターだより12月号



今年も残すところあと1か月となり、寒さも一段と厳しさを増してきました。12月は「師走」とも呼ばれる何かと慌ただしい時期です。忙しさの中で、つい食生活が乱れがちになる方も多いのではないのでしょうか？寒さに負けず、体調管理に気を付けて健康に1年を締めくくりましょう。

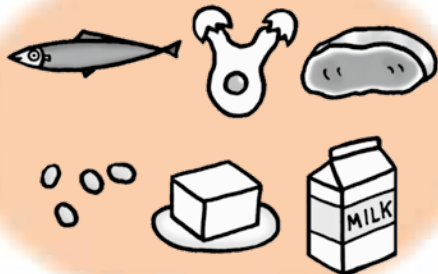
えいよう かんが しょくじ
栄養バランスを考えた食事で
さむ ま からだ
寒さに負けない体をつくろう！

丈夫な体をつくるためには好ききらいなくいろいろな食べ物を食べることが大切です。とくに寒くなるこれからの時期は、体の抵抗力を高めるビタミン、体をつくるもとになるたんぱく質を十分にとり、そして効率よく体を温めてくれる脂質も上手に活用しましょう。

やさい くだもの
野菜や果物でかぜに
ま ていこうりよく
負けない抵抗力を
つけよう！
(ビタミンA、C)



おかずをしっかりと食べて体力を
つけよう！(たんぱく質)



ぽかぽか、体を温めよう！(脂質)



※少ない量で効率よく体を温めてくれます。
ただしとりすぎには注意しましょう。

幸運を呼び込む**冬至**の食べ物

冬至は、1年で最も太陽の出ている時間が短くなる日で、この日を境に少しずつ日が長くなっていくことから、「一陽来復」(冬が終わり、春になること)とも呼ばれます。昔の人は、太陽の力が弱まると人間の運氣も衰えると考えていたことから、冬至の日に、かぼちゃやあずきを食べて力をつけ、ゆず湯で身を清めて、幸運を呼び込み、無病息災を願う風習が生まれました。

今年の冬至は
12月22日です。



地域おこし

協力隊の日々

新人協力隊員はこんな人

松尾優志



東吉野の皆様はじめまして。十一月一日より地域お

こし協力隊として活動させていただきます。松尾優志（まつお ゆうじ）と申します。奈良県出身の石を磨くのが好きな人です。

微力ではございますが、私の活動が地域の活性につながるよう精一杯頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

今回は、私の出来る事（技術）などと、十一月三日～五日に開催されたオープンアトリエについてお話ししたいと思います。

簡単な経歴と私が出来る三つの事をご説明します。

私は、山梨県の宝飾品制作

金属加工・宝石研磨・デザインなどを学ぶ専門学校を卒業後、3DCADを用いた宝飾品などの原型製作の仕事に長年携わっておりまして。これは提示されたデザイン画を見て、パソコンを使って指輪・ネックレスなどの貴金属部分を製作する仕事です。これが一つ目です。

そんな仕事をしながらも石の研磨が好きな私は、同県内の宝石研磨師に師事しながら自身で研磨の機材を揃え宝石の研磨をしておりました。残念ながら師匠は亡くなりましたが、細部への丁寧な仕事を大切にされていた方でした。

現在は研磨をした石で作品を作ったり、時々SNSでプレゼント企画をしたりしております。これが二つ目。

三つ目は、自分の作品に活かせる技術として現在も習得中の金継ぎと螺鈿です。これを東吉野の木材を使った装飾品の制作などに応用していると考えております。

これからの地域おこし協力隊での活動はこれらを用いたジュエリー・アクセサリーの制作を中心に行っていく予定です。とはいえ、とても特殊で分かりにくい業種だと思いますので、ご興味のある方は是非聞いてください！



Instagram

ここからはオープンアトリエについてお話しします。

11月3日から5日に、初開催されたはじまりの東吉野オープンアトリエに私もお手伝いとして参加させていただきました。今回は芸術家や写真家、陶芸作家、家具製作者ら約30組が参加し、村内の



18カ所の工房や店舗で作品を展示しました。作家の皆さんはどの様に作品の魅力をアピールし、来場された方々に楽しんでいただけるかを模索しながら準備に取り組んでいました。

当日は、来場された皆さんが真剣に作品を鑑賞され、笑顔でワークショップに参加し、とても楽しまれている様子でした。

こんな風に作者や作品が作り上げられる現場に触れていただく事で、より作品への理解が深まり、作り手もまた新しい発見が得られるとても良い企画だったと感じました。来年は私も参加できる様に制作に励みたいと思います。





紅葉を楽しむ会

11月10日(金)に、大豆生のふるさと村にあるほたるの館で紅葉を楽しむ会を開催しました。

紅葉を楽しむ会では、着物を着てお茶会を体験していただきました。

参加者は14名で着物を自分で着られない方は着付けをさせていただきました。

当日はあいにくの雨で、着物で紅葉狩りや外で写真を撮ることができなかったのが、非常に残念でした。しかし、お茶会では盛口宗彰茶道教室をしている盛口彰子さんに来ていただいて、本格的なお茶会の雰囲気を感じていただき、抹茶や和菓子をよばれて、楽しいひと時を過ごしました。



本日の掛け軸『主人公』

こころやあい社協

和服姿は女性男性どちらも色気が増して、とても素敵な顔の表情をされていました。

また来年、桜の咲く時期にお会いしましょう。

