

ころもの里 164号

編集・発行:衣里地区振興会・衣里地区センター (衣川富田44-1)
電話/Fax :52-3807 E-mail : gmsatoce@athena.ocn.ne.jp

★人口	1,357人
男	647人
女	710人

★世帯数 482世帯
(令和4年6月末現在)

第1回健康講座

「晋照・法玲のわくわく法話」



悩んでも
仕方のない事で
悩む。
それは…

6月28日(火) 衣里地区センター
集会室にて、中尊寺僧侶の破石晋照氏と毛越寺僧侶の南洞法玲氏による、第1回健康講座「晋照・法玲のわくわく法話」開催しました。

昨年の講演会は、南洞氏お1人ででした。「次は某ラジオ番組のような、晋照さんと2人の講演が聞きたい」と、たくさんの方の声をいただきました。その旨お伝えしたところ、お二方に快くお引き受けいただき、実現しました。

「悩んでも仕方の無い事で悩む。それは無駄。」ハッとさせられ、気づかされ。皆さん、スッキリとした笑顔で帰られました。



衣里地区センターは第一次収容避難所です!!

6月23日(木)衣里地区センター職員と避難所運営班(市職員)による打ち合わせを衣里地区センターで行いました。

避難所開設時の手順、物品の在庫など、確認しました。

よろしく
お願いします



←避難所運営班
左から
高橋さん
菊地さん
佐々木さん(班長)
菅原さん

令和3年5月20日から
避難指示で必ず避難
避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等	これまでの避難情報等
5	緊急安全確保 ^{※1}	災害発生情報 (発生を察知したときに発生)
4	避難指示 ^{※2}	避難指示(緊急) 避難勧告
3	高齢者等避難 ^{※3}	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 避難者が自身の状況を適切に判断できるものではない場合の発生から、警戒レベル5は必ず発令される状態は認められません。
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告の代替として発令されることとなります。
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じて適切な行動を促すため、避難の準備を促したり、危険を知らせるために発令するサインです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。警戒レベル5緊急安全確保の発令を待つはいけません!

避難勧告は廃止されます。これからは、警戒レベル4避難指示で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間がかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3高齢者等避難で危険な場所から避難しましょう。

内閣府(防災担当)・消防庁



7月1日(金)旧国民宿舎サンホテル衣川荘の引渡式が行われました。

来年7月の営業再開を目標に、改修工事が進められます。工事車両に注意しましょう。

地区要望提出

7月19日(火)衣川保険福祉センターにて、令和4年度地区要望行政ヒアリングが行われました。衣里地区振興会小野寺会長、南洞センター長、菅原事務長が衣里地区振興会代表として以下の10項目を要望しました。各担当課で検討し、後日回答いただく事になりました。

1.	衣川地域会議提言書を奥州市総合計画に反映していただくこと(継続)
2.	行政防災無線の継続について(継続)
3.	通称「張山小路」の道路改良について(新規)
4.	奥州市立衣里小学校の施設改善について(継続)
5.	小学校のプール監視員の配置について(継続)
6.	市道徳沢増味1号線のカーブミラー設置について(継続)
7.	空き家対策について(継続)
8.	野生鳥獣対策について(継続)
9.	市道衣川橋六道線の大石ヶ沢付近側溝について(継続)
10.	認定こども園あゆみ園の園庭拡張について(継続)

8月

衣里地区センター 開放日

8月19日(金)

8月26日(金)

10時から14時まで

暑い日中、涼しい部屋でのんびり
しませんか?
懐かしのDVDなど上映します。

7月15日(金)
開放日の
「体験講座」
～百歳体操～
の様子



鍋にかぶせる帽子、 鍋帽子 作りました!



7月20日(水)「鍋帽子」作りを開催しました。講師に全国友の会水沢友の会会員千葉カツ子氏と三浦初代氏をお招きし、7名が参加しました。休憩もそこそこに、約6時間かけ完成させました。これで、煮込み料理は鍋に「鍋帽子」をかぶせればOK。コンロの前から解放ですね。

お知らせ

号外-2203の通り、8/16(火)花火を打ち上げます。

近隣の皆様、田畑所有の皆様等、当日は道路通行止め等、大変ご迷惑おかけいたします。ご協力よろしくお願いいたします。



衣里小学校児童向けに、夏休み子ども事業として、「子どもと一緒に巡る歴史説明板フォトラリー」を行っております。

期間中(7月15日(金)～8月31日(水)まで)

歴史説明板付近で、車等を止め写真を撮っている人を見かける事があると思います。温かく見守ってください。

また、衣里小児童以外でも参加できます。地区センターでチラシをお渡ししています。参加お待ちしております。



日にち	内容	時間(場所)
1日(月)	フォトラリー抽選会 ※平日は8/31まで	9時～17時 (衣里地区センター)
14日(日)	フォトラリー抽選会	16時～19時 (衣里地区センター)
16日(火)	花火打上げ	19時30分～ (衣里地区内)
17日(水)	胃がん検診	6時45分～8時30分受付 (衣里地区センター)
19日(金)	開放日	10時～14時 (衣里地区センター)
20日(土)	フォトラリー抽選会	16時～19時 (衣里地区センター)
21日(日)	ころもがわ祭り	13時～ (古戸商店街)
26日(金)	開放日	10時～14時 (衣里地区センター)
27日(土)	フォトラリー抽選会	16時～19時 (衣里地区センター)
28日(日)	フォトラリー抽選会	16時～19時 (衣里地区センター)
31日(水)	フォトラリー抽選会 最終日	9時～17時 (衣里地区センター)

平泉関連遺跡調査成果報告会

平泉文化研究の新視点

～奥州藤原氏が構想した理想世界～

世界遺産拡張登録を目指して行われてきた平泉関連資産の発掘調査や研究について、平泉文化研究の学術的な側面からの成果をわかりやすく報告いたします。

入場無料
※事前申込不要

日時：7月30日(土)
13時～16時30分

会場：前沢ふれあいセンター
主催：岩手県、一関市、
奥州市、平泉町

ほのぼのNEWS

衣里地区センター軒下に初めて燕の巣が作られました。ピーピーと泣き声がすると思ったら、親鳥からエサをもらっていました。

元気に4羽巣立っていきました。

来年もお待ちしております♡



管理栄養士おすすめ からだ☆生き生きレシピ



「トマトまるごとグラタン」

奥州市ホームページにもレシピが載っています。



材料 (2人分)

- ・トマト 2個
- ・鶏ささみ 2本
- ・しめじ 1/4袋
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・とろけるチーズ 角形2枚
- ・牛乳 100cc
- ・薄力粉 大さじ1と小さじ1
- ・油 小さじ1
- ・塩 ひとつまみ
- ・お好みでブラックペッパー

作り方

- ① トマトの上を切って中身をくり抜く
- ② しめじは子房に分け、玉ねぎは薄切りにする。鶏ささみは小さめに切っておく。
- ③ 鍋に牛乳を入れて泡立て器で混ぜながら小麦粉を入れる。火にかける前によく混ぜる。この中に②と油を入れて火にかけて混ぜる。とろみがついてきたら弱火にして木べらでゆっくり混ぜる。
- ④ ③がもったりし材料が煮えたら塩を入れる。
- ⑤ トマトの型に④を入れて角型のとろけるチーズを上へのせ500Wのオーブントースターで2～3分加熱する。チーズに焦げ目がついたら出来上がり。お好みでブラックペッパーをふる。

☆1人分栄養価☆

エネルギー 205kcal 塩分 1.0g
たんぱく質 15.8g 脂質 9.8g

【お問合せ先】奥州市健康こども部健康増進課 健康づくり係
☎ 34-2903 (直通)