

幸報ふじ

発行：佐賀市富士支所
編集：幸報ふじ事務局
（一般財団法人スマイルアース）
TEL：0952-57-2341
FAX：0952-57-2217
hoonoki@smile-e.org
住所：富士町藤瀬724-4

みんなが安心して住める 「まちづくり」を目指し、活動しています

みなさんは、まちづくり協議会が富士町にも発足したのをご存知でしょうか。

今回は、「富士まちづくり協議会」の活動について、事務局の篠原博文さんにお話を伺いました。



まちづくり協議会（まち協）というのは、そのまちに住む人たちが作ったまちづくり計画にもとづき、地域の課題解決や活性化のための活動をする地域組織です。自治会長会をはじめとする各種団体や事業所の他、住民個人の方で構成され、地域の絆部会、地域活性化部会、すこやか部会という3つの部会に分かれて活動しています。

地域の絆部会は「子どもから

お年寄りまで安全安心で住みやすいまち」「住み続けたいまち・移住希望者に選ばれるまち」を、地域活性化部会は「緑と清流と温泉と自然の恵みを活かしたまち」を、またすこやか部会は「子どもがのびのび育つまち・子育てしやすいまち」「いきいきと暮らせる長寿日本一のまち」を目指します。

具体的にどのような活動をされているのか、ご紹介しましょう。

10月には、ここ富士町で大きなイベントがありましたね。国スポ大会のポート・カヌー競技会です。まちづくり協議会の地域活性化部会では、大会協力の活動としてお弁当の販売をお手伝い。また、特製の手ぬぐいを作製し、応援に参加してくれた



国スポ応援・町内おみやげ品販売



るんるん子ども体験活動 るんるんハロウィン

方にプレゼントしました。

10月27日（日）には、公民館主催の「るんるん子ども体験活動」（年4回開催）、「るんるんハロウィン」が行われ、すこやか部会がお手伝いしました。公民館でハロウィンの衣装を作り、古湯温泉街をまわってお菓子をもらっちゃおう！というイベントです。

11月9日（土）には「山ぐらし移住体験交流会」を開催。北山湖でワカサギ釣りを体験し、ワカサギの天ぷら付きのお弁当を味わってから、三瀬を散策しました。地域の絆部会は、このように、移住を希望する方々との交流会や移住されてきた方々との交流会を実施しています。

まちづくり協議会では、集落支援員と協力して空き家バンクの活用強化（空き家の掘り起こ

晴好雨奇 ふじ俳句同好会（二十八）
祖父回忌白菊抱へ次女訪ひ来 古賀雅子
盆栽の並ぶ日向や小鳥来る 木原昭芳

しや空き家バンクへの登録促進）と体制づくりも行っています。空き家は地域の財産です。空き家の管理でお困りの方がいらっしやいましたら、お気軽に集落支援員やまちづくり協議会事務局までご相談ください。

11月16日（土）、17日（日）に行われた富士町ふれあい祭りでは、「子どもたちの遊び場がなければゆっくりと見て周れない」というお母さんたちの声にこたえて、まちづくり協議会でサガン鳥栖からふわふわ遊具をレンタルし、子どもたちへポップコーンを配りました。ブースでは、パセリジュースを作る体験会を開催。富士町の特産品であるパセリを美味しく活用する提案をしました。

その他、2月には子どもたちの文化芸術鑑賞事業として富士公民館のホールで観劇会を行います。富士町の小学校と保育園の子どもたちが、学校行事とし



山ぐらし移住体験交流会・北山湖ワカサギ釣り



『ひとり人形芝居 さんまいのおふだ』

また、毎年、しゃくなげ湖にいちようやもみじを植樹する活動も行っています。杉の多いしゃくなげ湖周辺ですが、この活動が功を奏し、いずれ色鮮やかな紅葉が見られるようになるのが楽しみです。

富士まちづくり協議会には10名のライターさんと運営している「ゆるゆる広報部」があり、公民館と一緒に「つながるさ



はせりワッペン くはたちや

し」というウェブページで富士町の情報を公開しています。10月末に行われた「るんるんハロウィン」の模様も、たくさんの写真とともにレポートされていますので、「つながるさがし富士」のページをのぞいてみてください。

「ゆるゆる広報部」では、今後、富士町の特産品であるパセ

リをどんどんPRしていくということで、ワッペンなどのPRグッズも制作して楽しみながら取り組んでいるということです。

今回は、まちづくり協議会の活動をご報告したわけですが、そもそも「まちづくり」って何でしょうね。私は、そこに住むひとりひとりが生き生きと暮らすことではないかな、と思っています。暮らしていれば多かれ少なかれ問題にぶち当たることもあるでしょうが、主体的に楽しみを見つけないで生きていく。そんなひとりひとりの「生き生き」が「まち」の活気となって広がっていくような気がします。それが、そこに暮らす人全員による「まちづくり」ではないかな、と。そしてそれをリードしてくれるのが「まちづくり協議会」なのではないかな、と。

まちづくり協議会には「青年部」もあるのですが、まだまだメンバーが少ないので、一緒にまちづくりに参加したい！という方がいらっしやいましたら、ぜひ富士公民館内の富士まちづくり協議会事務局までご連絡ください。

（記事 恵良五月）



しゃくなげ湖畔 イチョウ植樹活動

温泉病院だより

「虫刺されのお話」

蚊・ブヨ・ハチ、ダニなどの虫が原因で、痛みやかゆみ、赤みや腫れなどが起こることを「刺虫症（しちゅうしょう）」といいますが、一般的には「虫刺され」と言われます。

虫刺されは夏に多いイメージがありますが、冬にかけても活動する虫がいますので、これからの季節も注意が必要です。

【虫刺されの症状】

皮膚に注入された毒成分や唾液成分に対するアレルギー反応で、かゆみや赤み、腫れ、痛み、水ぶくれなどが起こります。搔くと皮膚が破れたり刺激されたりして周囲に広がることもあります。症状が狭い範囲なら「軽度の虫刺され」と言えますが、ハチや毛虫、ムカデなどの毒で血圧低下、意識障害、呼吸困難などの全身症状（アナフィラキシーショック）を起こすことがあります。体調不良を感じたら、すぐに医療機関を受診してください。

【原因になる虫】

- ①吸血する虫：蚊、ブヨ（ブユ）、ノミ、ダニ
- ②噛む虫：クモ（セアカゴケグモなど）、ムカデ
- ③刺す虫：ハチ、アブ
- ④有毒の毛を持つ虫：チャドクガ、イラガなどの幼虫
- ⑤有毒の体液を持つ虫：やけど虫

（アオバアリガタハネカクシ）

【予防、対処法】

- ①肌の露出を減らし、虫除けスプレーを使う。
- 庭仕事、農作業、キャンプなどでは長袖、長ズボン、帽子等で皮膚を守り、虫除けスプレーを使いましょう。防虫効果成分のうち「ペーコート」は生後6ヶ月未満の赤ちゃんには使えませんが、「イカリジン」には年齢制限はありません。
- ②虫に近寄らない。

公園や山野の草むらなどにはむやみに近寄らないようにしましょう。マダニは市街地の草むらにもいます。また、ハチはどこにでも巣を作りますので、見かけた時は周囲に注意しましょう。

③室内を清潔にする。

ノミやダニの発生を防ぐため、こまめに室内を清掃し、清潔にしておきましょう。布団などの寝具は湿気があるので、布団乾燥機や天日干しで乾かしましょう。季節ごとの丸洗いやスチームアイロンも効果的です。

④虫に刺されたら。触れたり搔いたりせずに、水道水で洗い流しましょう。毛や針が残っていれば、粘着テープや毛抜きでそと取り除き流水で洗ってください。

⑤市販薬で症状を抑える。

「ムカデ」の場合は医療機関で除去してもらいましょう。軽いかゆみの場合は、市販のかゆみ止め薬を使いましょう。赤みや腫れにはステロイド外用薬が有効ですが、薬局、薬店の薬剤師に相談してください。



副院長（外科）向井 伸介

佐賀市立
富士大和温泉病院
☎63-0111
ホームページ
<http://www.hospitalfj.saga.jp/>

また、痛みや腫れが強い、全身症状を伴う時などは医療機関を受診してください。特に、前述のアナフィラキシーショックの可能性があれば救急要請も検討してください。

副院長（外科）向井 伸介



おたっしや本舗富士からのお便り

『健康寿命』と『平均寿命』の違いを ご存じですか？



お問い合わせ先
おたっしや本舗富士（富士支所1階）
TEL☎：0952-58-2810
お気軽にお問い合わせください。

健康上の問題がなく、日常生活が制限なく送れる期間を示す『健康寿命』は男性72.68歳、女性は75.38歳。一方、日本人の平均寿命は、男性81.09歳、女性87.14歳です。（令和5年）この『健康寿命と平均寿命の期間の差』は、男性は約9年、女性は約12年。この差は「健康上の理由で、日常生活に制限のある期間」ということになります。現代は人生100年時代と言われるようになりました。日頃の心がけで、健康寿命を延ばし、この差を少なくすることを目標にしてみませんか？

最近『フレイル』という言葉をよく耳にするようになりました。フレイルとは、年齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態のことです。フレイル予防を行うことが、介護予防にもつながります。いつまでも健康で人生を楽しみながら長生きしたいものです。そのために大切な『フレイル予防の3つの柱』があります。

できることから始めてみませんか？

1. 栄養（食事・口腔機能）…栄養バランスのとれた食事をしっかりよく噛んで食べましょう。お口や歯の健康を保つことも大切です。
2. 運動 ……運動や体操などを行い、体を動かしましょう。
3. つながる（社会参加） ……地域の集まりに参加するなど、人との交流を行いましょう。



会場 富士公民館
（フォレストふじ）
開催日 毎月第4木曜日
時間 12月26日／1月23日
13時30分～15時00分
参加者募集中！



富士音楽サロンのご案内

神水川パークゴルフ場 大会日程 TEL0952-51-7005

- 12月の予定
一般者大会
4日（水）ペア大会
14日（土）神公協月例会
20日（金）内藤杯
定休日 17日（火）
年末年始 29日～1月4日
1月の予定
一般者大会
19日（日）ペア大会
25日（土）神公協月例会
定休日 21日（火）

富士ふれあい広場 12・1月の予定

開館日：火・木曜日（祝日閉館）

場所：富士支所2階 時間：10時～15時30分

ふれあい広場は親子でのんびり集える場所です。子どもは地域の宝！
どなたでも遊びに来てください♪ ●問合せ先：大和ふれあい広場 37-3716

- ★12月の予定★
10日（火）ぐんぐんkids 季節の行事
（木の葉のクリスマスリース作り）（参加費あり）
19日（木）Decoカレンダー（要予約）1月と2月
★1月の予定★
16日（木）親子でリズムダンス（タオル・飲み物をご持参ください）
21日（火）ぐんぐんkids ブックCafe（冬）

12・1月の行事予定

◆二十歳のつどい
（佐賀市）1月12日

◆新春みんなであそぼう会
（スポーツ協会）1月26日

イベント情報

12月

- ◆白山神社 秋祭り（関屋）
- ◆大根祭り 淀姫神社（古湯）
- ◆新嘗祭 春日神社（中原）
- ◆権現さん祭（大串）
- ◆七郎さん祭（大串）
- ◆初穂祭り 七郎神社（内野）
- ◆佐賀市消防団 年末警戒
- ◆富士音楽サロン 26日

1月

- ◆佐賀市消防団 出初め式
 - ◆文化財防火デー（吉村家火災想定訓練）
 - ◆もぐら打ち（麻那古・大串）
 - ◆フクイニャー（東・西高野岳）
 - ◆正月祭り「鬼払い・百矢的」
 - ◆諏訪神社（市川）
 - ◆正月祭り「的射り」白石神社
 - ◆富士音楽サロン 23日
- ※行事につきましては順不同、日程の変更があります。また、新型コロナウイルス感染拡大防止の為に中止となる場合があります。ご了承ください。

みんなの声

皆さんからのお声をお待ちします。
掲載できるものであれば、どんどん載せていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

幸報ふじ事務局

次号『幸報ふじ』は 1月下旬の発行予定です。

『幸報ふじ』は、インターネットでも閲覧・ダウンロードができます。
ウェブ사이트 <http://www.smlle-e.org/kohoufuj.html> に掲載しています。