



内外海

だより

【HP アドレス】 http://www1.city.obama.fukui.jp/obm/kouminkan/utitomi_k/

【発行】
内外海
コミュニティセンター
小浜市阿納尻 43-10-1
TEL&FAX 53-2724
令和 6年2月25日

みんな気合十分です！

よ～し！！

2024/02/14

わなげ大会の結果

- 1位 川代 友三 (福寿会)
- 2位 野村 淳子 (白鬚会)
- 3位 上丞 幸一 (福寿会)
- 4位 石田 俊博 (長寿会)
- 5位 藤田 成一 (白鬚会)
- 5位 森下 道子 (長寿会)
- 7位 野村 親史 (白鬚会)
- 8位 中積 弘武 (白鬚会)
- 9位 池上 満男 (長寿会)
- 10位 泉本 民子 (福寿会)

敬称略で失礼します

おめでとう～！

足文字トレーニング

- 1 椅子に座って足の付け根から脚全体を動かす。つま先で文字を書く



かかと上げ下げトレーニング

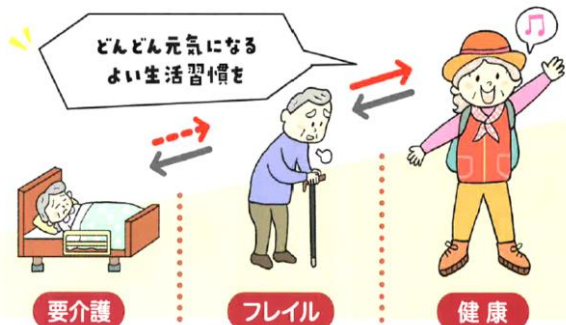
- 1 椅子の背に頼った状態で立つ
- 2 つま先立ちとかかと落としを繰り返す



簡単な体操で、少しでも筋力を維持向上する事ができます。

フレイルを知っていますか？

フレイルとは、高齢期に心身の機能が衰えた状態をいいます。『健康』と『要介護』のあいだの状態で、放置すると要介護になる危険があります。しかし、早めに生活習慣を見直せば、健康な状態に戻ることができます。



地区老連 わなげ大会

2月14日(水)内外海コミュニティセンターでは、内外海地区老連各会より35名が参加し、ワナゲをし、旧交を温めとても楽しいひと時を過ごしました。沢山並んだ参加賞を前にして、開会式から笑いが絶えず、アツと言う間に時間は過ぎ、ワナゲの記録集計の時間を利用して

フレイル予防のための、コグニサイズも体験しました。ステップを踏みながら、数を数え、手もたたく。座っていてもOKです。少しずつ難しくなってこんがらがって、そこが脳の刺激となり、良いのですよとのことで、楽しい体験でした。



ふるさとのみ仏を訪ねて 29 阿弥陀如来立像 〈犬熊区〉 その①

阿納集落から0.5キロ余り、美しい海岸線を望みながら犬熊へ、浅瀬の海は穏やかに風いで海水浴のシーズンには浴客で賑わいを見せる海ですが常には波静かな浦です。浜からせり上がったところに、氏神様の得良神社がおまつりされています。不思議なことに神社にあるべきはずの狛犬様が見当たりません。どうしたことかと村の人にお尋ねしますと「得良の神様の長男さんが波の音が嫌いで狛犬さんにまたがって熊野(国富)に行ってしまったわね」とのことです。この犬熊は古くは国富荘で裏山を越えると熊野に至り昔から身近なご縁のある村で交流がなされています。



得良神社は内外海誌にありますが、往古『越前国阿曾村より勧請』とありますし、由緒にも宝治元年(1247)に利棕明神を勧請したとあります。村の古老にお尋ねしましたが阿曾村の所在が分からなく、県立図書館で歴史書を調べていましたら偶然にも『阿曾郷土史』の背文字が目に飛び込んできました。はやる気持ちで手に取ると巻末に犬



熊とのかかわりが記されていました。早速に敦賀の語り部の人にお尋ねしましたところご親切に現地を案内してくださいました。敦賀の市街地から国道8号線を北上してトンネルを越えたと阿曾村(東浦)に入ります。海を前に山を背にした静かな集落です。この先の峠に利棕明神がいましたが社殿が崩壊したので八幡神社と合祀され今は、利棕八幡神社となりお祀りされています。

その昔、製塩業の盛んな頃、田烏や犬熊に塩焼の指導や薪炭の買い付けなどで交流があった阿曾村の一部の人たちが彼の地に住み着いて故郷の神を祀り、習俗を伝承していったのではなからうかと思っています。得良神社から浜の近くに下りますと阿弥陀堂が楚々と建っております。屋根は宝形造りで頂点に宝珠が乗っており古式のお堂に見受けられます。社寺由緒記によりますと永享元年(1429)の創建と記されています。堂内に入りますと阿弥陀仏がおまつりされています。海辺の村の人達のやむにやまれぬ信仰のシンボルといえましょうか、御仏は香煙と煤にくゆられて黒々とお立ちになっておられます。

(案内 上丞 幸一様)
若狭の語り部 倉谷 千恵子



2月15日(木)内外海まちづくり協議会の全体会議が開催され、今年度行事の反省や、来年度において各分会に分かれ話し合いが行われました。天候不順でできなかったが、他は予定通り開催でき、やって良かった、来年は更にパワーアップしてなどの声があがっていました。



4日(月) 家庭の日
11日(月) 家庭の日
17日(日) 家庭の日
18日(月) 春分の日
20日(水) 春分の日
25日(月) 春分の日

【3月の休館日】

- 1日(金) 新旧区長会
- 9日(土) スポ協体育館ワックスかけ
- 13日(水) 定例民生委員協議会
- 14日(木) 内外海小卒業式
- 23日(土) 内外海地区老連総会
- 25日(月) 内外海保育園卒園式
- 26日(火) 短歌教室

【3月の行事予定】



内外海スポーツ協会

市地区対抗 バドミントン大会

1月14日(日) 市民体育館に於いて、市地区対抗バドミントン大会がありました。初戦の西津地区には快勝、次は毎回優勝の遠敷地区との対戦。やはり遠敷はとも強く、予選突破できませんでした。また来年頑張ってくださいね。



内外海地区 バスケットボール大会

1月21日(日)内外海小学校体育館に於いて、朝からお昼過ぎまで地区バスケットボール大会が4年ぶりに開催されました。5ブロック総当たりで、技と汗の光る大会となりました。



市地区対抗 卓球大会

2月4日(日)に市民体育館に於いて市地区対抗卓球大会があり、まず加斗地区と、次に今回優勝の宮川地区と対戦しました。善戦しましたが壁は高かったです。また来年、期待してまいります。



内外海地区 卓球大会



同じく1月21日(日) 午後は卓球大会が開催され、和気あいあいと、時に鋭くビシバシと素晴らしい試合が展開されました。



内外海地区 バスケットボール大会の結果

- 1位 赤(田烏)
- 2位 緑(甲ヶ崎)
- 3位 青(仏谷 堅海 泊)

内外海地区 卓球大会の結果

- 1位 白(阿納尻 若狭 宇久 加尾 西小川)
- 2位 青(仏谷 堅海 泊)
- 3位 決定戦はしていません。

おめでとうございます。そして皆様お疲れ様でした。



豆まきイベントで「町おこし」



2月3日(土)深々と冷え込む節分の夜、太鼓や鉦の音と共に3体の赤鬼、一体の青鬼、福の神が甲ヶ崎区の各家を回って福を届けに来てくれました。甲ヶ崎自警団の新年会で、少子高齢化の中、次代を担う子ども達のために何かできることはないかという話題になり有志で企画されたそうです。



大谷さんグローブで キャッチボール

2月中旬、みごとに晴れ渡ったお昼休み、6年生が校庭でキャッチボールをして遊んでいました。



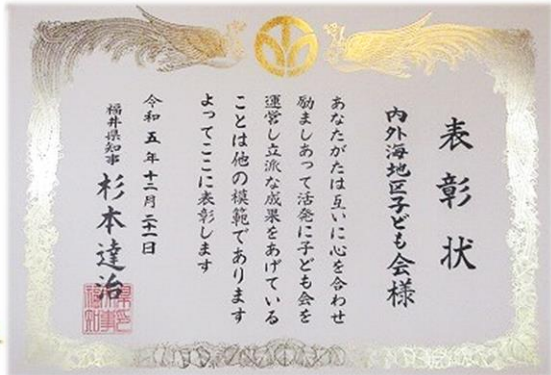
もしかしてと思ったら、やはり大谷選手からプレゼントされた3つのグローブを使っていたので、見せてもらいました。ジュニアサイズで、柔らかく、大谷選手の手サインも入っていました。



初めてのキャッチボールは、とても楽しかったです。とてもありがたいプレゼントです。

おめでとう!!

この度、内外海地区子ども会が、長年にわたり地域で一体となって様々な活動を展開していることや、市子連行事への参加も積極的で、かるた大会では地区全体で取り組み上位入賞もしていることなどが優良子ども会と評価され、**県知事表彰**されました。今まで係わってこられた地区全ての皆様のお力だと思えます。おめでとうございます。



鬼がやってくると、子ども達は力いっぱい豆を投げて鬼退治。怖い子もいたようですが、とても楽しい思い出になったことと思います。「区内を一回りするのには寒さもあり、思ったより相当キツかった」とのことでしたが、「子どもだけでなく大人世帯のお宅の方も玄関先に出てきていただけたこと、子どもは本格的な豆まき体験ができたし、大人からは催しに対する感謝の言葉を頂き心が温まりました」と有志の方のお話でした。



似合いますぞ!!
こわいです!!