



森林セラピー通信

森のたより

来年の夏はシャワークライミングへ

6月中旬から始まった今年度のシャワークライミング。9月末までの予約がいっぱいになったため、終了1カ月前に受付終了となりました。

コロナ禍で「3密になりにくいアクティビティ」として口コミを中心に人気となり、休日をもとより平日も大盛況となりました。参加者の年齢層は小学生から70代までと幅広く、特に女性が多いです。



海外の方(島根在住)も楽しんでくれました

森林セラピーでは、体を動かし心身のバランスを整える「動」と、森の中で休め心と体をゆつくりさせる「静」を組み合

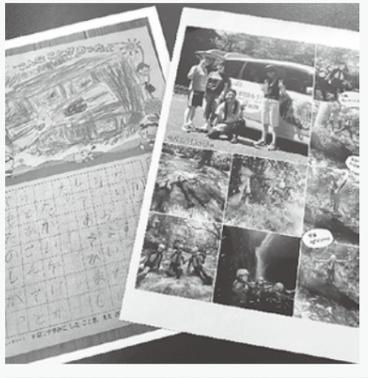
わせて、最大限の癒しを得られるようにプログラムされています。

シャワークライミングは、「動」のプログラムで、川のせせらぎにもある、一定でない心地よい音やリズム「f分の1のゆらぎ」を聞きながら、緑のこもれびとマインスイオンをたっぷり浴びられます。

おすすめは、シャワークライミング後に町内で宿泊し、翌日に「静」の森林セラピーでゆつくり過ごすプログラム。身体に一定の「負荷」と「休息」を与えることで、人間が本来持つ自己治癒能力や免疫力を格段に高められます。

この夏、特に印象に残った参加者は「普段は引つ込み思案で虫も触れない男の子」。大自然の中シャワークライミングを体験した喜びから、日記を1ページ送ってくれました。子どもの大切な夏休みの1ページに加えてもらって嬉しいです。

来年の夏は、シャワークライミングをお試しください。



お礼のハガキもたくさん

ま ちを元気に！ 地域おこし協力隊

飯南町内のさまざまな地域課題の解決に取り組む「地域おこし協力隊」の活動を紹介します。今月は、大しめなわ創作館担当の林正知隊員の活動報告です。

この4月で協力隊3年目を迎えました。着任後すぐに携わった出雲大社神楽殿の大しめ縄以降、



中芯制作中



中芯はこんな感じで包みます

私は「中芯」と言う重要なパーツの制作を任されており、これまで制作した中芯の本数は約100本弱。つまり自分が担当した大しめ縄が全国100社の神社さんへ納められている、と考えると大変光栄です。大しめ縄の形・長さ・太さで、中芯も異なるため、しめ縄づくりは奥が深い故にやりがいがあります。まだまだ修行の日々ですが、これからも技術習得に励みたいと思います。

また、特技のピアノ演奏を活かした音楽活動は、町内・町外のサロンやイベント等で演奏しています。今年はコロナウイルスの影響でいろいろなイベントがやりづらいう状況ですが、心のリラクゼーションや楽しい雰囲気づくりに音楽は欠かせないと思っています。引き続き、音楽を通じて皆さんと笑顔あふれる交流ができるのを楽しみにしています。よろしくお願います。



琴ヶ浜サンセットライブ

俳句

琴峯俳句会

八月の作品から

- |                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| 山水で研ぎし包丁秋の風<br>安部 豊枝      | 万物を覆ひつくて極暑かな<br>松平富美子    |
| 蟻の列つゞ真夏の真昼かな<br>石田シツカ     | 蚊を払いつつ夕時の立ち話<br>森 征子     |
| 友と来て吾亦紅の野にこい居り<br>垣内 良野   | 風渡りゆくゆうすげの背の高さ<br>八嶋 敏江  |
| 秋立つや淋しい時にユーモアを<br>田部智津子   | 棚経や座卓に映る木の揺らぎ<br>山崎智恵美   |
| トマト食う何よりごちそう丸かじり<br>土池 博子 | 鎌を手に分け入つてゆく草いきれ<br>八嶋 昭男 |
| 鎌の錆研がざるままや秋に入る<br>朽木 豊子   |                          |

短歌

赤名短歌会

八月例会詠草

- |                                       |
|---------------------------------------|
| 一試合だけの今夏の甲子園に光る球児の汗声涙<br>星野 敦子        |
| 軽快に刈り払い機の音立ちてコロナに染まぬ夏草匂ふ<br>石田フクエ     |
| 米やさい冷凍食品お漬物子孫にトト我家はフーズ<br>澤田 勝登       |
| 吾が胸にいだきて寝入るいとし子のゆくてに広がる花野の径は<br>吉川 暎子 |
| 徒然にお茶を汲みつゞ父徳ぶ形見となりしひだすきの茶器<br>本間 麗子   |
| 期の来てちがては去るふ浮草の運命如何にもかへがたきかな<br>清原 豊明  |
| ♪アニシモ時にはフォルテ蠅の音が夕べの空にひびくよ<br>澤田久美子    |
| カタカナでコロナと書けば君になる君遠ざける盆の来たりぬ<br>鳥田 勝信  |
| 長梅雨の明けきれぬよこの立秋風の音にぞほかな秋を<br>門所 詠子     |

今日の人権標語

「家族でつくる人権標語」優秀作品から

気づいてね 心のさけび 広い瞳で

志々小2年 栃木 結衣さん  
家族名 栃木 恵子さん

標語に込められた思いを町民みんなで意識し、差別や偏見のない明るいまちづくりをめざしましょう。

すこやか

9月届出分

- |                       |               |
|-----------------------|---------------|
| 新生児 届出人 地区            | 藤原 翠 英 雄(下赤名) |
| 熱田 楓真 真 也(上赤名)        |               |
| お名前                   | 親族 地区         |
| 藤原 八重子 様(93) 繁 樹(川 東) |               |

やすら

9月届出分

- |                       |       |
|-----------------------|-------|
| お名前                   | 親族 地区 |
| 藤原 八重子 様(93) 繁 樹(川 東) |       |

今日の表紙

図書館で楽しそうに紙芝居を読むのは、藤原日葵さんと米原夕莉さんです。ふたりはいつも一緒。今日はとんぼ探検隊活動の日です。短冊に願いごとを書いてから、川遊び、ゲーム、スイカ割と盛りだくさん。コロナでプールに行けない分、余計に楽しかったようです。ふたりの短冊には「コロナがなくなりますように」と書かれました。



広報い〜なん8月号掲載「グラウンドゴルフ大会」のお名前に誤りがありました。お詫びして訂正します。(誤)奥野 哲男さん (正)奥野 徹男さん