



森林セラピー
通信

森のたより

飯南町の森林セラピーのことは耳にしていたが、実際に体験したのは平成27年5月、「もりのす」で開催した糖尿病関連の会で企画したときでした。面積の約90%を山林が占めるこの飯南町の多くの方は、おそらく「森林セラピー」って言われてもね〜という感じだと思います。そういう自分も、体験するまではそんな感覚でした。

いつてみませんか？森林セラピー！
皆さん、こんにちは。飯南病院の角田耕紀です。
木々が青々と色つき、梅雨から夏へ移り行く今日この頃、いかがお過ごしでしょうか？草刈り大変ですよ？ストレスたまっていますか？暮らしている



皆さんも森林セラピーを体験してみませんか？

と、いろいろと辛いこと、大変なこと、面倒くさいこと・・・、もちろん楽しいことでもあります。現代のストレス社会で生きていくのは容易ではありませんよね。皆さんは、どのようにストレスを解消していますか？
ストレス解消といえば、飯南町が森林セラピー事業を展開しているのをご存知ですか？私はというと、以前から



森の中で深呼吸

ですが、いざ体験してみると、リラックスできたり、気分転換できたりと「森林浴効果」の気持ち良さを実感できました。

飯南町では、森林資源を町の財産と位置づけ、保健、医療、介護、福祉分野はもちろん、教育分野や地域振興、産業振興など幅広い分野で、付加価値をつけるためのコラボレーション（連携・協働）をしています。百聞は一見に如かず！一番は地元の人に良さを知ってもらうことです。ぜひ一度、皆さんも森林セラピーを体験してみませんか？

短歌

頓原公民館短歌教室 五月詠草

- 美しく嘘も混じえし一通を雨の止み間のポストに落とす 藤原 正
朝の陽を浴びたる山が脹らみて心奪うよ注連繩の里 岡田 繁富
また袖を通して欲しいと願いつつ夫の冬用ジャンパー仕舞う 片岡 千鳥
不順なる気温に支配されながら春のおりの山菜味わう 千葉トミエ
幼子の手を引くごとく夫の手を固くにぎりにぎりにベッドに歩く 景山サチ子
あらしし終ゆるを待たず水当てる毎夜聞きいる蛙の合唱 三上 朋子
八重桜ライトアップの紅・桃・青彩映ゆるたび歓声あがる 熊谷 允子
何かしら嬉しい事があつたかな孫は口笛を吹きつつ帰宅す 景山 牧栄
さ緑のもみじの新芽萌ゆるとき友は静かに逝きてしまえり 本間 啓美
飼ひ猫のさあ見てくれと言いたげに雀くわえて部屋に入り来る 石川 隆
国会は何するところと孫が聞く空転の日々夢の空しさ 安部 徳則
春迎え晴天の朝ウオーキング鳴く鳥の声老いを忘れり 山本 正敏

平成30年7月
大しめ縄かけ替え



飯南町注連縄企業組合では、昭和30年代より出雲大社神楽殿の大しめ縄を制作しています。今年は7本目のかけ替えとなります。気になる大しめ縄の制作行程を、3回に分けて紹介します。(第3回)

■問合せ
国道54号活性化アクションプラン推進協議会（い〜にゃん人つなぎ協議会）
電話76・2864（地域振興課）

行程⑧ 燃り合わせ

関係者や地元住民など、総勢約80名と重機で燃り合わせます。石橋棟梁の号令に合わせて、大胆かつ慎重に行います。一発勝負のため緊張が走ります。

行程⑨ 早朝搬送

大型特殊トレーラーに積んで、飯南町から出雲大社へ向かいます。この際、警察へ道路の通行の申請をして、許可をもらいます。

行程⑩ 日本一大しめ縄かけ替え

取り外しからかけ替えには、丸一日を要します。役目を終えた大しめ縄は、飯南町の森へ安置し、やがて再び土に還ります。

さいごに

大しめ縄の燃り合わせは7月15日に、大しめなわ創作館で行われます。現在、大しめなわ創作館の館内は制作中の大しめ縄でいっぱい。町をあげて、みんなでお支えしましょう！



今日の人権標語

「家族でつくる人権標語」優秀作品から
感じよう
声に出せない

さけび声

- 志々小4年 片岡 丈二さん
頓原中1年 片岡 聖登さん
家族名 片岡 穂土宏さん
片岡 みゆきさん

標語に込められた思いを町民みんな意識し、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

5月届出分

新生児 届出人 地区
梶川 来望 光 夫 (志津見)

やすらぎ

5月届出分

お名前 親族 地区
稚丸 勤様 秀 樹 (上米島)
安部 孝文様 智 (小田)
田島 廣利様 実 (敷波)
桐原 トクコ様 敏 (川西)
恒松 孝子様 眞 司 (赤名)

今日の表紙

5月24日、赤名農村環境改善センターで「島根県食生活改善推進協議会総会」が開催されました。会場には、お揃いのピンク色のTシャツ姿の350人の食生活改善推進員の皆さん。普段は、地域活動を通して、食生活の改善など、地域の皆さんの健康づくりを進めておられます。写真は、参加者全員での「長生き体操」。

