



大山郷づくり協議会ニュース

「生きがい・ふれあい・助け合い」

# 郷づくり情報

第 26 号 令和3年1月20日発行

発行者 大山郷づくり協議会

事務所 大山新80番地 (大山ファミリーの郷)

電話:506-7161 FAX:506-7103

メール: ooyama310@gaia.eonet.ne.jp

HPアドレス: <https://oyama-sasayama.info>

## 大山ふるさとウォーク

元気な地域づくり部会

令和2年11月15日(日曜日)快晴、「大山地区石像群と道標案内柱をめぐる大山ふるさとウォークスタンプラリー」が開催されました。

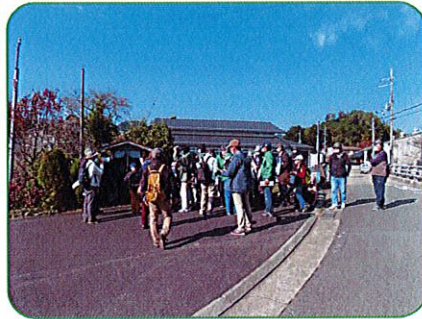
大山昔ばなしの会によって一昨年に作成された「大山地区石像群と道標案内」を活用させていただき、シール台紙に各石像群のシールを貼っていくウォーキングを行いました。

大山緑の会館に集合し、受付では体温計測、手指の消毒など新型コロナウイルス感染症感染防止対策を行い、全員マスク着用をお願いしてのスタートになりました。今回は時間の都合もあり、追入方面には向かわず、大山新地区から丹波並木道中央公園までの往復約10キロメートルのコースです。各ポイントで大山昔ばなしの会の皆さんに紙芝居を交えて説明をしていただき、大山地区に残る歴史資産について学び、丹波並木道中央公園で静かに昼食、ビンゴゲームをして、大山緑の会館まで戻りました。

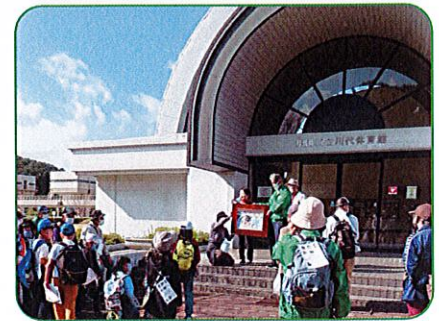
兵庫丹波の中央に位置する大山地区は、豊かな自然と歴史文化に恵まれています。この地域資源の再発見、PR、また地域住民の交流と健康づくりを兼ねて、毎年この時期に大山ふるさとウォークが開催されています。来年度も実施出来るよう願っています。



大山緑の会館スタート



各ポイントでシールを貼ります



昔ばなしの会さんによる紙芝居





# いきいき塾のご案内

福祉部会

福祉部会では「いきいき塾」のお手伝いを主体に活動しています。

「いきいき塾」とは、丹波篠山市内で活動が展開されている「デカボー体操」のことで、和寿園様のご支援により、毎週月曜日に「大山緑の会館」で開催されています。

現在は、従来の血圧測定に加え、新型コロナウイルスの影響により事前の手の消毒、検温などを行った後に体操を実施していますが、一時中断していた早口言葉やゲームも再開しています。

これら体操や早口言葉などは、体や口を動かすことにより日常生活を楽しくおくれるようになります。また、お友達もできると思いますので、65歳以上の方は、是非「いきいき塾」にご参加いただければうれしく思います。

詳しくは、丹波篠山市健康課（Tel594-1117）までお問い合わせください。福祉部会 安井次男



大山緑の会館で開催されています

<いきいき塾は>

☆市内在住のおおむね65歳以上の方を対象に☆

参加費 1回250円、

週1回（月曜日午後1：30～3：30）、

大山緑の会館大会議室にて、6か月コース、

で運営されています。必要な方には送迎もできます。

# ニンニクレシピ特集第2弾

地域産業・振興部会

《ニンニク・椎茸のオープン焼き》

<材料>

- ・椎茸 4枚
- ・ニンニク 半片
- ・マヨネーズ 大さじ1
- ・塩 少々
- ・とろけるチーズ 適量（お好みで）
- ・乾燥バジル 少々

【作り方】

- ① 椎茸の軸を切り取る。（軸も使用する）
- ② ニンニクと切り取った椎茸の軸をみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油をひき、ニンニクを軽く焦げ目が付くまで炒めたら、椎茸の軸を加え一緒に炒める。
- ④ ③をフライパンから取り出し粗熱を取る。
- ⑤ 粗熱がとれたら、マヨネーズと塩をいれて混ぜ合わせる。
- ⑥ 椎茸の傘に⑤を乗せて、とろけるチーズを上のにせ、乾燥バジルを軽く振りかける。
- ⑦ ⑥をアルミホイルに並べ、トースター1000Wで5分、その後750Wで5分焼き

完成！！



# より合いサロンのご案内

地域おこし協力隊員

日ごろ感じていること、考えていること、どんなことでも、お一人でも気軽に一つの声から、一緒に大山の暮らしをより良くできたらと思っています。

大山緑の会館で毎週水曜日、土日不定期で開いています。

ぜひ気軽にお立ち寄りください。

大山地域おこし協力隊員 廣川景俊



<大山の人口> (参考)

1380人

(男 660人)

(女 720人)

(世帯数566)

令和2年12月末現在

(丹波篠山市人口および世帯調査票より)