

NO.  
130

黒木地区コミ協だより

# やどめ



祁答院町の人口

男1,311人 女1,424人 計2,735人 世帯数 1,464世帯

黒木地区の人口

男 243人 女 280人 計 523人 世帯数 277世帯  
(3月1日現在)

## ふるさと歩こう会

1月18日(日)午前9時から、黒木地区内を巡る「第46回ふるさと歩こう会」を開催しました。コースは、黒木コミセンを出発し、中黒木 → 小牧 → 永江の滝 → 妙見段 → 南 → 黒木コミセンまで約8km。いつもより少しハードなコースでしたが、皆さんは途中でごみ拾いのボランティア活動も行いながら、今回のコースが初めて通る道だった方もおられて、おしゃべりを楽しんだり景色を眺めたりと、元気に歩かれていました。

今回は、祁答院小学校の教頭先生とALTの先生にもご参加いただきました。また、小学生の参加は谷川くんの1名でしたが、小学1年生から6年生の今回まで皆勤賞となりました。

ゴール後には、食生活改善推進員の皆さんによる温かいぜんざいや煮しめなどのふるまいがあり、参加者の皆さんに大変喜ばれました。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



永江の滝



運動した後のふるまいは格別でした!



男女それぞれの最年長での参加記念に撮影。次回もご参加をお待ちしております!

## 減塩料理教室

1月21日(水)、食生活改善推進員による減塩料理教室を開催しました。薩摩川内市保健師による講話と調理実習、試食を通して、高血圧予防や減塩について理解を深めました。

講話では、塩分の摂りすぎが体に与える影響や、日頃の食生活で気を付けたいポイントについて説明があり、調理実習では、「雑穀ごはん、鶏肉の南蛮漬け、具たくさん味噌汁、梅おなかブロッコリー」を調理。塩分濃度計による計測も行い、だしのうま味や食材本来の味を生かすことで、塩分を控えても満足感のある食事ができることを体験しました。

参加者からは「家庭でも取り入れやすい工夫が多く、食生活を見直すきっかけになった」といった声が聞かれ、日頃の食生活を振り返る良い機会となりました。



## 一人暮らし見守り活動

2月8日(日)に実施予定だった高齢者見守り活動は、雪などの影響により急遽、翌9日(月)に実施しました。黒木地区内の80歳以上で一人暮らしの高齢者宅を訪問し、今回の訪問対象は25名でした。

訪問先では、普段の生活の様子や体調についてお話を伺ったほか、困りごとはないかなどの声掛けを行いました。皆さんの元気なお姿といきいきとした笑顔を拝見し、私たちも大変うれしく感じました。お忙しい中ご対応いただき、ありがとうございます。これからもどうぞお元気でお過ごしてください。



## 生彩楽祭 ~いっさいがっさい~

2月15日(日)、サンアリーナせんだいで、「生涯学習フェスティバル」「男女共同参画フェア」「市民活動フェスタ」が合同開催され、黒木地区からはブランド市に出店し、生活センターのがねや禰答院菓子、味噌、バー飯などの特産品を販売しました。また、永野いちご園のいちごも並び用意した商品はあつという間に完売するほどの盛況ぶりでした。多くの来場者でにぎわう中、黒木地区の特産品や地域の魅力を広く発信する良い機会となりました。

今回は環境美化功労者表彰も行われ、日頃から地域の環境美化に尽力されている功績が認められ、本町の愛内さんが表彰されました。受賞おめでとうございます。



## 生涯学習講演会 ~いざという時に備えてきていますか?~

3月1日(日)、黒木コミセンで、市消防局禰答院分署のご協力のもと自主防災訓練を実施しました。

今回は、コミセン調理室からの火災を想定した避難訓練のほか、水消火器を使用した消火器の取扱い訓練を行いました。さらに、応急手当の方法や傷病者の搬送方法、応急担架の作成方法などについて、実際の動きを交えながら分かりやすくご指導いただきました。

参加者からは多くの質問も寄せられ、皆さん真剣な表情で話に耳を傾けていました。今回の訓練を通して、防災への意識を改めて高める有意義な機会となりました。

ご協力いただきました禰答院分署の皆様、ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



## 春季グラウンドゴルフ大会

3月1日(日)の午後、梅の花が咲き誇る旧黒木小学校の校庭で春季グラウンドゴルフ大会を開催しました。地区内から16チーム約80名が参加し、久しぶりに校庭にはにぎやかな声が響き渡りました。参加者の皆さんは和気あいあいとプレーを楽しみ、春の訪れを感じながら地域の交流を深める一日となりました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



### 団体の部

優勝 南2班  
2位 宮脇B  
3位 南1班



### 個人の部

優勝 樺山さん  
2位 村原さん  
3位 木場さん



今後の予定  
4/1(水) 8:45~ 令和7年度下半期会計監査  
4/5(日) 9:00~ 令和8年度コミ協通常総会  
4/6(月) 矢立農村公園管理組合総会  
4/9(水) 禰答院小学校・禰答院中学校入学式  
4/18(土) 10:00~ 自治会運営説明会(入来文化ホール)



### お知らせ

元気度アップ事業の対象となるイベント等に参加された方で、スタンプの押印がお済みでない方は、お早めに黒木コミセンまでお越しください。