



北上市  
稲瀬町

# 自治協だより



第498号 令和8年1月15日発行

— 悠久の歴史・景観、実りの大地 笑顔あふれるやすらぎの郷 稲瀬 —

12月末人口統計 276世帯(+3) 709人(+3) ※( )は前月比

稲瀬町自治協議会：電話/FAX 0197-65-2441 <https://kitakami-inase.jp>

## □ 年頭の挨拶

稲瀬町自治協議会会長 亀 甲 直 美



町民の皆様、新年あけましておめでとうございます。昨年は自治協の諸事業にご協力頂き心から

感謝申し上げます。

初めての試みとして、the campus (地元企業) と協働で「秋の収穫祭2025—立川志の太郎—稲瀬公演」を実施し、好評でしたので、令和8年度も開催時期その他を検討・改善し実施する方向ですのでご協力をお願い致します。

稲瀬には未だ活用されていない長所・財産が多くあると思います。令和3年に策定した地域計画には、将来に残したい稲瀬の魅力が

書かれています。「美しい眺望や景観」、「歴史遺産や郷土芸能」、そして、「肥沃な土地で育つ美味しい農産物」や、駅から15分という比較的「住むには便利な距離」等々。この他にもあると思いますが、これらを生かしていくためにどうするのか？地域計画を読み返して自分のできることを探し、その中の1つでも実行していきたいものです。

今年は午年（うまどし）。「飛躍や前進が望まれる年」だと言われてます。新たな年が稲瀬町にとりましても、実り多き1年となりますよう、自治協役職員一同、心して取り組んで参ります。町民各位のご協力を重ねてお願い申し上げます。げ念頭の挨拶とさせていただきます。

## □ 2月の行事予定



日	曜日	内 容	時 間	場 所
4	水	活き活き百歳体操	10:00 ～ 11:30	交流センター 和室
		上門岡ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	上門岡会館
5	木	親睦ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	親睦自治会館
10	火	共越ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	共越自治会館
13	金	押切ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	押切公民館
15	日	特殊詐欺被害防止教室	10:00 ～ 11:30	交流センター 和室
16	月	何でも相談窓口	10:00 ～ 12:00	交流センター 図書室
18	水	活き活き百歳体操	10:00 ～ 11:30	交流センター 和室
		内門岡ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	内門岡公民館
19	木	上台ふれあいデイサービス	10:00 ～ 12:00	上台会館
		自治協だより発行		
25	水	活き活き百歳体操	10:00 ～ 11:30	交流センター 和室

## □ 令和7年度

### 第12回稲瀬町歴史遺産等フォトコンテスト応募締切間近！！

北上市稲瀬町の国、県指定史跡（樺山遺跡・国見山廃寺跡・下門岡ひじり塚）及び市指定史跡等の歴史遺産や、きたかみ景観資産等の四季を通じた風景を題材にした自由作品とし、令和7年2月1日から令和8年1月31日までに撮影した写真を募集します。



#### ❖ 応募作品

どなたでも応募できますが、応募者本人が撮影した未発表の写真2点以内とします。

カメラの種類は問いません。

応募作品は返却いたしません。

#### 【プリントサイズ】

キャビネ判（2L判）以上

ワイド四切判以内

#### ❖ 審査結果

令和8年3月中旬までに応募者本人に通知します。入賞作品は、原版フィルム又は、データ及び別に主催者が準備する所定の書類を提出していただく場合があります。

#### ❖ 応募期限

**令和8年2月6日（金）必着**

#### 【応募先・お問い合わせ】

稲瀬町自治協議会「フォトコンテスト」係

電話／FAX 0197-65-2441

メール／inase-kc@gol.com



フォトコンテストの締め切りが近づいています。町内の皆さまのご応募をお待ちしております！！

## □ 「特殊詐欺被害防止教室」

～特殊詐欺について知識を深めよう～

➤ 日時 2月15日（日）10：00～11：30

➤ 場所 交流センター 和室

➤ 講師 佐々木 亮輔 氏

➤ 対象 稲瀬町民

➤ 内容 講師講演

DVD鑑賞

クイズ大会

町民皆さんと懇親

➤ 参加費／申込み

参加費無料、申し込み不要です。

お気軽に足をお運びください。

※詳細は別紙チラシをご覧ください。

【問合せ】稲瀬町自治協議会

生活環境委員会

電話／0197-65-2441

担当／千田

## □ みなさんの声を聞かせてください

～生涯学習アンケートを実施～

稲瀬町自治協議会では、より豊かな人生のために誰でも何歳からでも学ぶことができる「生涯学習事業」を行っています。皆さんがどんなことに興味を持っているのかを把握し、今後の生涯学習事業の参考にしたいと考えています。「やってみたい」、「体験してみたい」ことを教えてください。

アンケート受付期間は、令和8年2月6日（金）までです。お答えいただいたアンケートは、交流センターのアンケートボックスまで投函をお願いします。

※詳細は別紙チラシ、アンケートをご覧ください。

【問い合わせ】稲瀬町自治協議会

電話／0197-65-2441

担当／千田、及川

## □ ヨーガ療法でストレス軽減!! ～健康を考える会「ヘルスアップ教室」～

稲瀬地区健康を考える会主催の「ヘルスアップ教室」が12月8日（月）、稲瀬地区交流センターで行われました。

講師にヨーガ療法士の長田美鈴氏を迎え「元気応援ゆるーりヨーガ」の講演と実技を行いました。

「体操・呼吸法・リラクゼーション法・瞑想法」のカラダ・呼吸・ココロに働きかける4つの方法で、25名の参加者とともに楽しくヨーガを学びました。

ヨーガ療法は、身体や呼吸の感覚を感じ取りながら、体操や呼吸法を行うことで、体の緊張が緩み、休まる感覚が回復してきて、リラックス効果が得られ、不安や抑うつ、睡眠の質が改善されるのお話をしていただき、皆さんは真剣に耳を傾け、体験実施をしていました。



## □ 農業就労者等意見交換会 ～地域産業振興事業～

稲瀬町自治協議会産業委員会では、就農者支援活動として12月12日（金）、稲瀬地区交流センターで若手の就農者等を対象に意見交換会を行いました。

県議会議員関根敏伸氏、県職員、市職員など多数のゲストを迎え「農業情勢と鳥獣被害について」の情報を提供していただきました。特にも今年度はクマの被害が増大しており、対応、対策など活発な意見が交わされました。



## □ クリスマス会でケーキ作り ～保健福祉委員会「子ども対策事業」～



保健福祉委員会の子ども対策事業として12月21日（日）、交流センターでゲームやケーキ作りが行われました。

初めに、PTAが用意したジェスチャーゲームや射的ゲームでは、保健福祉委員も参加し、大いに盛り上がりしました。

ケーキ作りでは、1人分ずつケーキの材料を用意し、ホイップクリーム1本を手に持ち、子どもたちは自分だけのケーキを完成させました。ケーキはアツという間にお腹に収まり、大満足のうちに閉会しました。

子どもたちは、「ジェスチャーゲームがたのしかった」、「自分で作ったケーキがおいしかった」などの声と笑顔でいっぱいでした。

PTAや保健福祉委員からは、「生クリームを1人1本は夢のよう」、「子どもたちの声が聞こえてくるのはいいね」、「子どもたちは見ているだけで楽しい」など、うれしい声がたくさん聞こえてきました。

今回の活動で、世代間のつながりが深まるきっかけになり地域全体の活性化や見守りにもつながると感じました。





## □ ふれあいデイサービス ～各地区活動の紹介（上門岡、親睦、押切）



いなほの会が1月7日（水）、上門岡会館で行われました。今回は年初めという事で、茶話会を楽しんでいました。

もくよう会が1月8日（木）、親睦自治会館で行われました。

福笑いをして、さまざまな顔が出来上がり盛り上がっていました。



おっきりの会が1月9日（金）、押切公民館で行われました。講師の先生を招き、お琴に触れさせていただき貴重な体験をし、楽しんでいました。

## □ 学習支援ボランティア募集

### ～ 東桜小学校 昔遊び学習 ～

名称 令和7年度 1学年生活科 昔遊び学習  
目的 生活科の体験学習を通して昔の遊びを見たり調べたりして、昔から伝わる遊びの面白さについて関心を深める。

日時 令和8年2月4日（水）

10時40分～12時15分

会場 東桜小学校体育館（開始10分前に集合）

児童 1年生 19名（男8 女11）

体験する遊び

- ①お手玉 ②あやとり ③だるま落とし
- ④めんこ ⑤けん玉 ⑥こま回し
- ⑦おはじき

◎ご協力いただける方は1月30日（金）までに交流センターへ、ご連絡ください。

問合せ 稲瀬町自治協議会

電話／0197-65-2441

## □ おめでとうございます!!

鈴木吉雄さん（内門岡）が、北上市道路愛護会連合会から表彰されました。日頃から道路美化等への継続した取り組みに感謝いたします。



## □ 新しい職員紹介



☆梅村 真澄さん☆

自治協議会保健福祉委員会と社会福祉協議会稲瀬支部を担当します。

よろしくお願いします。

## □ 訂正のお知らせ

12月の自治協だより第497号に誤りがありました。

【誤】11月末人口統計 273世帯（±1）

【正】11月末人口統計 273世帯（－1）