

白石地区 地域づくり 協議会だより

白石地区地域づくり協議会

〒753-0046
山口市本町1-1-25
白石地域交流センター内
TEL 083-941-5959
FAX 083-941-5966



<https://www.y-shiraishi.net/>
携帯・スマホからは上のQRコードでアクセス!



白梅とメジロ(撮影/藤本雅子)

2023年4月1日号 Vol. 117

第59回 白石地区親睦大運動会開催!!

5/21日
白石小学校

日時：5月21日(日) 9:00~12:00

場所：白石小学校運動場

※詳細の「大会プログラム」は5月15日に配布するセンターだよりでお知らせします。



過去の様子

3/5日 発災実動訓練を実施しました!

大規模災害発生時などは、自助・公助とともに、共助の力も必要です。発災実動訓練は、『助け合える地域コミュニティ』をつくる活動です。

8:00頃～【せわぁない!黄色いタスキ訓練】

訓練に参加した12自治会787戸のうち583戸(参加率74.1%)で、黄色いタスキ・旗が掲げられました。ご参加ありがとうございました。(注：黄色いタスキ・旗は安否確認に使われます。)

9:00～【防災訓練報告会】

防災・共助への意識向上、実際の安否確認・救助につながる行動のマニュアル作り等、意見が交わされました。今後の活動につなげられます。

10:00～【起震車体験・非常食販売等】

震度7までの縦横揺れを体験できる起震車が来ました。15秒程度の大揺れは、皆さんの心を防災準備へと大きく揺さぶる体験となったようです。(取材：地域の助け合いは、まずいつもの挨拶からと… 藤本)



黄色いタスキで無事を知らせる



防災報告会



起震車



揺れを体験

地震だ～

非常食



2/18日 第7回 チャレンジ健康づくり「インターバル速歩」を開催しました!

令和4年度「チャレンジ健康づくり」の締めは、市原靖子先生による「インターバル速歩」講座でした。

あいにくの天気で内容が変更となり、軽度なストレッチと、一年を通じた運動の効果を振り返る講座となりました。体組成計の数値と、実際の運動習慣や体感等から効果を再確認された皆さん。新たな運動目的や目標も明確になってきたようです。Go for it!

(取材：目的と方法、そして節目にフィードバックすることの大切さを感じた 藤本)

市原先生



みんなでストレッチ



血圧を計りま～す



自分の運動量は? 目的にあってる?



トレーニング効果を上げるために

運動処方

	①目的	②種目	③強度	④頻度	⑤量(回数・歩数・時間)
例1	体力向上	インターバル速歩	中等度～高強度	週4日	30分
例2	病気の予防	速歩 ウォーキング	中等度 軽～中等度	毎日	20分 8000歩

《みなさんの感想の一部》

前より動けるようになった♪ (イイね♥) 体重-6kg達成! (スゴイ!👏)

痛みが減った!! ケガをしにくくなった! (ブラボー!)

第25回 危機逼迫

親友との久しぶりの再会を晋作は大いに喜んだといいます。彼は、馨に無沙汰を詫びると、国内の形勢や自分が今日の境遇に陥った経緯などを語りました。馨も、イギリス渡航中の苦労話や、当地の様子などを語り、話は世界の大勢にまで及びました。また、帰国後、開国論を主張したことを述べると、晋作もその主張に賛同します。

馨は、座敷牢の中に、晋作が野山獄で使っていたという枕に目が行きました。彼はその枕を取ると、「ひとつ牢に入ったつもりになる」といい、ゴロリと横たわり、そのままの状態話し、晋作もまた横になって話し始めました。

また、野山獄の話にもなったようで、馨は、「自分もひとつ牢というものに入ってみたい」などといったそうです。これに対し晋作は、「自分もかねてそう思っていたが、実際、入牢してみると、左隣りには密通した後家とか、隣には泥棒がいるとかで閉口した」と返したようです。

この日、馨は晋作に、「防長の危急が目前に迫っている。そこで自分もすでに殉難の志を決した。幸いにして、ともに死所を同じくする機会を得れば本望である」といったことを述べました。そこで晋作も同一の感に打たれます。

こうしてふたりはしばらく相対して嘆息していましたが、やがて馨は別れを告げ、晋作のもとを去ると、その夜は

姉が嫁いでいる小澤家に一泊。22日、藩政府

より呼び出されたため、萩から山口へと向かいました。

一方、その頃京都では、6月下旬より福原越後・益田右衛門介・国司信濃の三家老が率いる1000人の長州兵が3カ所に布陣。越後らは伏見屋敷へ、右衛門介は久坂玄瑞や真木和泉が率いる諸国から集まる有志を率いて山崎天王山へ、信濃は、早くから進発論を強く主張していた来島又兵衛以下の藩兵を率いて天龍寺に着陣していました。長州側は、昨年(1864)の8月18日に起きた御所での政変による京都退去と毛利敬親・元徳父子の謹慎処分撤回を求めるため、玄瑞が草起した嘆願書をすぐさま朝廷に届けます。

これを受けて朝廷側では、多くの公家が長州を恐れ、その嘆願を受け入れようとはしますが、御守衛総督・一橋慶喜が長州側の嘆願を突っぱね、孝明天皇も慶喜を支持したため、にらみ合いが続きました。

7月19日早朝、緊迫した状態に痺れを切らした長州勢は、3方から軍勢を京都市内へ進め御所を目指します。決戦の時間が刻一刻と迫ります。

その頃、萩の自宅の座敷牢に閉じ込められていた晋作は、京都で何が起こっていたのかなど、知るよしもありませんでした。



井上家が住んでいた野上家跡周辺の様子 (山口市下市町)

白石歴史探訪の会 講演会のお知らせ 「近代日本を創った男：伊藤博文」



小山良昌氏を講師にお招きし、講演会を開催します。

あなたも歴史に触れてみませんか？

日時：5月27日(土) 13:30～
場所：白石地域交流センター 講堂
申込：白石地区地域づくり協議会
(TEL 941-5959)

参加無料
学生さんも
大歓迎！

令和5年度「白石歴史探訪の会」イベント開催予定

参加無料
学生さんも
大歓迎！

◇講演会 (13:30～15:00 交流センター2F 講堂)

開催日	演題	講師
令和5年6月24日(土)	七卿落ちから160年：前編	松前了嗣氏
8月26日(土)	未定	山口市歴史民俗資料館
10月28日(土)	(仮)「山頭火と小郡」	山口市小郡文化資料館 魚谷なつみ氏
11月25日(土)	「陸軍・政界の大御所：山縣有朋」	小山良昌氏
12月23日(土)	七卿落ちから160年：後編	松前了嗣氏

◇史跡巡り

開催日	場所	講師
令和5年9月23日(土)	岩国・柳井方面(バスツアー)※	松前了嗣氏
令和6年1月27日(土)	木戸孝允が歩いた(かもしれない)道を行く	松前了嗣氏

※バスツアーは、定員20名。参加費2,000円(昼食付)