



▲研修でどのような活動をするかを勉強



▲保育園で、小さな子ども達のお世話



▲鏡石ホームで高齢者の生活のお手伝い



▲一人暮らしの高齢者宅で話を聞く子ども達

## 夏 休みはボランティア

＝サマーショートボランティア＝

7月28日(水)から8月9日(月)にかけて、夏休み中の子ども達によるボランティア活動が町内各所で行われました。

この活動は、毎年、町社会福祉協議会ボランティアセンターの主催で、申し込みのあった小中高校生らが、町内でボランティア活動を通して町づくりについて考える活動だそうです。

今年は、自主的に申し込みのあった62名の子ども達が、町の保育所や老人ホーム、一人暮らしの高齢者宅へ出向き、様々なボランティア活動を行いました。

活動の前後に行われた研修では、「去年もやって楽しかったので今年も参加しました。」「プレゼントを作ってあげたら高齢者が喜んでくれた。」などの感想が述べられました。

## 暑 さに負けない熱気 =かがみいしふるさと祭り=

8月7日(土)・8日(日)の二日間、町第一小学校校庭でかがみいし「2010ふるさと祭り」が行われました。祭りでは、子どもびしゃんこ綱引きや魚つかみ大会など夏休みの子ども達が楽しめるイベントがたくさんおこなわれ、子ども達の歓声が校庭に広がっていました。



▲負けたらびしゃんこになっちゃうぞ



▲魚つかみ大会で釣りを競う子ども達

また、鏡石駅前盆踊り保存会による盆踊りが二日間にわたって行われ、お年寄りから子どもまで夏の夜を踊り明かしました。

## まちの話題

### 大会屈指の規律 =町消防団5分団支部大会出場=

7月25日(日)須賀川市の市民スポーツ会館で、第51回福島県消防協会須賀川支部消防操法大会が行われ、鏡石町ポンプ車操法の部代表として第5分団(成田地区担当)が出場しました。

2番目に登場した第5分団は、大会に向け昼夜を問わず訓練した成果をいかなく発揮しました。

惜しくも県大会出場はなりませんでしたが、その一糸乱れぬ規律は大会屈指との評判でした。



▲ピタリとそろった敬礼



▲火点めがけて放水開始!

### 御 霊の冥福を祈る =戦没者黙祷式=

終戦の日の8月15日(日)に、鏡石第一小学校敷地内にある忠霊塔で鏡石町戦没者黙祷式が行われました。



当日は、町遺族会のみなさん約30名と町長、町議会議員、町議会議員ら20名が正午のサイレンに合わせて町戦没者19余名へ黙祷をささげた後、焼香を行いました。

慰霊祭にあたり、町遺族会会長の村越勝男氏より、「戦後65年が経ち、国民のためめぬ努力によりわが国の平和と繁栄が築き上げられましたが、苦難に満ちた往時をしのぶとき、感慨は尽きません。御霊の安らかなご冥福をお祈りします。」と挨拶がありました。

▲忠霊塔で焼香し、冥福を祈る参列者

### 今月の健康メニュー

## 十五夜に食べたい一品

### 里芋のおはぎ

日本では、中秋のこの時期に空気が澄んで最も美しい満月がみられます。十五夜には平安時代初期から、ちようど収穫盛りである里芋を供えるのが風習になってきました。糖質が豊富な里芋は、小豆と一緒に食べると疲労回復・筋肉痛・肩こりに効果があります。また食物繊維も豊富なので便秘解消にも有効です。今年の十五夜は9月22日です。里芋のおはぎで体調を整えましょう。

### 豆知識

ぼたもちとおはぎの違い 基本的には同じですが、一般に春は牡丹の花に例え「ぼたもち」と呼び、秋は萩の花に例え「おはぎ」と呼びます。ぼたもちは牡丹の花のように大きく作り、おはぎは萩の花のように小ぶりに作ります。また、おはぎは粒あん、小豆の粒を散らして萩の花に似せて作ります。

### ●上手なおはぎの作り方

①米はといて、普通の水加減にします。  
②里芋は皮をむき、4等分に切り①に入れて炊きます。  
③炊きあがったら、すりこぎ棒などでつぶし、10個の俵型に丸め、小豆あんやきなこをまぶします。  
※きなこのおはぎは、ごはんを少なめにして芯に小豆あんを入れてもおいしいです。

