

松里公民館だより

No 5

令和 8 年 8 月

暑い日が続きます。いかがお過ごしでしょうか。皆様方には熱中症予防など体調管理には十分に留意してください。子どもさんたちは夏休みに入り、楽しい時間を過ごしていることと思います。公民館では7月末に「トールペイント教室」、8月には「スポーツチャンバラ教室」を予定しています。夏の思い出づくりにたくさんの皆様のご参加をお待ちしております。



●熱中症に気をつけよう！

熱中症を防ぐには、おもに①水分補給、②暑さ対策、③体づくりと言われていきます。1日に必要な水分は約2.5リットルです。1回に200ミリリットル程度を数回に分け、屋外など暑い場所では2、30分に1回は補給しましょう。屋内ではエアコン、扇風機を活用しましょう。窓の日光はカーテンなどで遮り、寝る時もエアコンはタイマーを調整しながら消さずに寝ましょう。屋外では、帽子や涼しい服装でなるべく日陰を歩くようにしましょう。十分な睡眠をとることも大切です。また、1日3食はきちんと食べましょう。タンパク質やビタミンB1などを含む食品は暑さ対策には最適です。もし、熱中症になってしまったら、風通しの良い日陰やエアコンのある室内に移動しましょう。首筋、脇の下、太ももの付け根に保冷剤や冷たいペットボトルを当てるのも効果的です。水分補給や塩分補給も行ってください。

※公民館の使用について

○使用の1ヶ月前から1週間前まで「使用申請」を受け付けます。

電話で結構ですので館長まで申し込んでください。

○感染症防止対策に留意し、安全・安心に使用してください。

**使用時間は、午前9時から午後10時までです
使用後は、必ず清掃をお願いします**

松里公民館 館長 岡 利彦
主事 荻原 政夫



《松里子育てサロン開催について》

親子が地域で気軽に集まれる場所です。立ち寄ってホッとできるそんな出会いの場が松里サロンです。是非お出かけください。

(市外の方、帰省中の方も参加 OK です)

次回

8月4日(火) 10:00～12:00 松里公民館1F

☆お顔ヨガ

丸山明子先生をお迎えしております。

※丸山先生～漢方茶カフェ＆サロン

THANK YOU SMILE 茶ん In 勝沼代表

座って呼吸をしながら顔を動かして楽しくフェイシャルヨガを楽しみましょう。

○その他 手あそび唄 お茶タイム(漢方茶)等

○持ち物 お顔が見れるサイズの鏡



※市外の方でも参加できます。シブ
関には十分の連絡をお願いします。

前回(6/16)色彩セラピーの様子



ぬりええらび



みんなでぬりえ



手あそび唄



お茶タイム

松里サロン予定表

2026

8/4 (火)

10/13 (火)

12/15 (火)

合同クリスマス会

2027

2/9 (火)

松里児童委員 上野、桑原

お茶タイム

ふるさとの風景画



放光寺鐘楼 絵（水彩）：荻原政夫

あなたの作品を掲載してみませんか。
絵画、写真、習字、俳句などジャンルは
問いません。ぜひ応募してください。
連絡をお待ちしています。

郷土史豆知識

おいらん淵伝説は耳にしたことがあると思います。多摩川源流にあるこの淵の奥地の黒川金山では大量の砂金が採掘され、武田家の大きな資金源となっていました。信玄の頃に最盛期を迎え黒川千軒の名を残しましたが、勝頼に代替わりしてからは産出量も減って徐々に衰退していきました。長篠の合戦で大敗して武田家も風前の灯になった時、金山が織田、徳川軍に利用されるのを恐れ、坑道を埋めて廃坑としました。抗夫たちは続々と山を下りたのですが、現地の遊郭の主は抗夫たちの相手をしていた遊女の処置に困り、慰安のためと偽って淵の上に宴台を作り、遊女たちを集めて酒肴でもてなした後、傾合いを見計らって宴台を吊るしていた藤づるを切り落として55人の遊女を淵に落したのです。その言い伝えからこの淵は「五十五人淵」と呼ばれていました。

花魁（おいらん）という言葉は、江戸中期の宝暦、明和（1760年代）頃から始まりましたので、おいらん淵という名は江戸時代以降に命名されたことになります。いつ頃かと言うと、明治時代に東京市の水道局長などを歴任した田島勝太郎の著書の中に、

“…現場でこの伝説を聞いた東京市会議員の坪谷水哉という人物が命名した…”
という話が掲載されているので、この説によると明治になってからの命名となります。

このように、おいらん淵という名は戦国時代からの名称ではないのですが、おいらん淵にしろ五十五人淵にしろ、未だに伝説として残っていることは、いつの世にも悲しい出来事として長く伝え続けられた話だったんでしょうね。