

第 57 回 矢沢地区民運動会 盛大に開催 高木第二行政区 見事優勝！

好天に恵まれた 7 月 13 日、矢沢地区体育協会（越後晃一会長）主催の矢沢地区民運動会は、7 行政区からの参加で開催されました。全員による準備体操から始まり男女混合リレーまで 14 種目に熱い戦いが繰り広げられました。1 位から 4 位までが 9 点差という僅差で最後の最後まで優勝、上位入賞目指しての戦いとなり大きな盛り上がりを見せました。この日は真夏日が 11 日間続いた猛暑が過ぎ、花巻の最高気温 28.1℃と比較的しのぎやすく、けが人もなく大盛況のうちに高木第二行政区の優勝で幕を閉じました。参加、応援のみなさん、運営に尽力された体協の役員のみなさん大変ご苦労さまでした。（運動会の模様は「季刊やまぼうし」でも取り上げます。）



◎ 大会成績表

順位	行政区名	得点
1 位	高木第二	95
2 位	高松第二	92
3 位	高木小路	88
4 位	高木第一	86
5 位	東十二丁目	78
6 位	高木第三	70
7 位	高松第三	46



開会式&準備体操



山に魅かれた男のロマン！

「山の楽しみ」明朗大学 7 月講座

明朗大学 7 月講座は、7 月 17 日に矢沢在住で元教師の菊池博文さんに「山の楽しみ」と題してお話いただきました。菊池先生の「マッターホルン&エベレスト街道」への挑戦の壮大な体験に 44 名の聴講生は圧倒されてしまいました。先生は終わりに山の楽しみはいろいろあるが、守らなければならないルールは必ず生きて帰ることと強調されました。



講座風景と熱弁をふるう菊池先生



マッターホルン登頂



山岳遭難対策として保持している「ココヘリ」を手に、もしもの場合に備え「ココヘリ（発信機）」を活用することを推奨する菊池先生

♡ やさわこども広場は憩いの場！ （こどもが主人公！）



こども広場 8 月は夏休みです！

花巻市議会報告会「議員と話そう！」

日時：8月6日（水）18時～19時30分

会場：矢沢振興センター大広間

内容：第1部 議会報告

第2部 ワークショップによる意見交換
共通テーマ

「住み続けたいと思える花巻にするには」

市議会議員と直接話す機会は限られています。今回の報告会は、矢沢地区の住環境の課題などについて、地域のみな様の意見要望等を市議会議員に直接届ける機会です。是非、気軽に参加していただきますようお願いいたします。

移動図書館（ぎんが号）運行日程

8/7（木）	団地会館	13：40～14：00
8/7（木）	福祉センター	14：15～14：45
8/20（水）	高木観音	09：20～09：50
8/20（水）	振興センター	10：05～10：35
8/20（水）	やさわこども園	10：50～11：20



今回のこども広場にも、新しい赤ちゃんが訪れてくれました！お誕生おめでとうございます！

◎ 今年の矢沢地区文化祭

11月8日（土）～9日（日）開催

7月16日、矢沢地区文化祭開催に向けて実行委員会（多田功委員長）三役会議が開かれ、今年度の文化祭の大枠についての打合せを行いました。

改めて文化祭参加団体による実行委員会を開催し、皆様のご意見をお伺いする予定です。

作品出展者、ステージ発表者のみな様には、文化祭に向けてのご準備をよろしくお願いいたします。

【事務局員のつぶやき】（熱中症警戒アラートが発表になっています！）

今年は例年にも増して高温ベースで経過しています。身体が感じる暑さは、気温だけでなく湿度や風速によっても変化します。気温と湿度だけで表現した体感温度として数量化した不快指数という言葉があります。例えば不快指数が70を超すと不快感を持つ人が出始め、75を超すと半数以上、80を超すと全員が不快に感じます。では気温30℃の時、湿度80%で計算してみると不快指数82となり、全員が不快に感じます。ちなみに最近よく聞く猛暑の気温35℃、湿度80%で計算してみると不快指数90と、とんでもないことになっています。一般的に不快指数60～65が最適と言われており、気温20℃、湿度45%で計算すると不快指数62となり、このくらいの気温・湿度が生活するうえでの最適な気象条件の一つと言えそうです。しかし最近では不快指数という言葉はあまり聞かれなくなり？変わってアメリカ産の「暑さ指数」がよく使われています。「暑さ指数」は熱中症を予防することを目的とした指標で単位は気温と同じ摂氏度（℃）です（気温との混同を避けるため℃は省略して記載）。暑さ指数は人体と外気との熱のやり取りに着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度②日射・輻射③気温の3つの要素を取り入れた指標で、環境省などのホームページでその時の「暑さ指数」を確認することができます。熱中症は命にもかかわります。十分な水分と塩分補給や休養、温度対策を施し自分や家族の命と健康を守りましょう。

暑さ指数と日常生活に関する指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	注意事項
35℃以上	危険 (31以上)	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
31℃以上 35℃未満	厳重警戒 (28以上31未満)		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
28℃以上 31℃未満	警戒 (25以上28未満)	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。
24℃以上 28℃未満	注意 (25未満)	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

※ 参考資料：不快指数＝0.81×気温＋0.01×湿度×（0.98×気温－14.3）＋46.3