

CALENDAR 9月の行事	
1 土	市議会9月定例会 会期日程 8月31日 本会議（開会） 9月10日 本会議（一般質問） 9月12日 常任委員会 9月20日 本会議（閉会） 都合により変更になる場合があります。 ☎議会事務局 ☎30-0280
2 日	
3 月	
4 火	
5 水	ストレッチポール教室 10時～・記念スポーツセンター▶P17
6 木	
7 金	
8 土	
9 日	ちょ筋ストレッチ教室 10時～・福祉プラザ▶P17
10 月	
11 火	無料総合相談 13時30分～・市役所相談室▶P23
12 水	
13 木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P23
14 金	ココから体操教室 10時～・湯都里▶P17 ゆったりヨガ教室 10時15分～・コモッセ▶P17
15 土	
16 日	かづの元気フェスタ 10時～・市役所周辺 秋の廃蛍光管収集（十和田）▶P23
17 月	
18 火	無料土地・家屋相談 13時30分～・交流センター▶P23
19 水	
20 木	
21 金	ふるさと彩発見 さきがけ in 鹿角（～23日） 10時30分～・道の駅おおゆ▶P13
22 土	
23 日	錦木バイパススクリーンアップ 8時～▶P22 秋の廃蛍光管収集（八幡平・尾去沢・花輪）▶P23
24 月	
25 火	浅利ゆみ先生の健康体操教室 13時30分～・まちっこ▶P17
26 水	リズム運動教室 10時～・コモッセ▶P17
27 木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P23
28 金	
29 土	
30 日	鹿角市総合防災訓練 9時30分～・十和田市民センター▶P7

ECO&LIFE 応援！快適生活

9月30日 日は「交通事故死ゼロを目指す日」

秋の全国交通安全運動

急がずに マナーとゆとりで 交通安全

運動期間：9月21日～30日

子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の事故防止

道路を安全に通行するためには日ごろから正しい交通ルールとマナーを確認しておくことが大切です。また、加齢などによる身体機能の変化に十分注意した行動を心がけ、交通事故を未然に防ぎましょう。

夕暮れ時と夜間の事故防止

日没が早まるこれからの時期は、歩行者は反射材の着用を心がけ、自転車や自動車は早めにライトを点灯するなど、お互いに注意することが大切です。

すべての座席のシートベルトとチャイルドシート着用の徹底

すべての座席でシートベルトの着用が義務づけられています。自動車に乗る際は必ずシートベルト・チャイルドシートを着用しましょう。

飲酒運転の根絶

お酒を飲んだら「運転しない」、お酒を飲んだ人に「運転させない」、運転する人にはお酒を「飲ませない」、飲酒運転根絶のためこの3つを必ず守りましょう。

第40回鹿角市交通安全市民大会

日時：9月21日 10時～12時

場所：文化の杜交流館コモッセ 文化ホール

内容：交通安全功労者表彰

アトラクション（ブラボー中谷マジックショー）

※入場は無料です。お気軽にご来場ください。

市民共動課 環境生活班 ☎30-0224

Health

地域包括支援センター ☎30-0103

みんなで広めよう！シルバーリハビリ体操

道具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでもできる
介護予防体操・シルバーリハビリ体操を紹介します。

腰痛予防編①

「立て膝で体幹ひねり」 モデル：シルバーリハビリ体操3級指導士 田代 和子さん



- 仰向けになります。
- お腹の上で両手を組んで、両膝を立てます。

Point

- ・両膝はできるだけくっつけたまま行いましょう。
- ・膝を倒した反対側の肩が浮かないようにしましょう。



- 立てた膝を片側に倒し、顔は反対側に向けながら、ゆっくりと体をひねります。
- 呼吸は楽にして、15秒から20秒ほどそのままの姿勢を保持します。
- 反対側も同様に行います。



food

産業活力課 観光交流班 ☎30-0248

きりたんぽ発祥の地 鹿角

秋田県を代表する郷土料理であるきりたんぽは、全国の数ある鍋物料理の中でも人気上位を誇っています。普段何気なく食べているきりたんぽですが、「たんぽ」にまつわる伝承や、鹿角が発祥の地といわれる由来などを複数回にわたりご紹介します。



きりたんぽ鍋の普及と発祥の地の由来

※本文は、郷土史家の関久氏が著した「きりたんぽ論」を一部参照しています。

きりたんぽ鍋の普及と鹿角が発祥の地といわれる由来をご紹介します。

きりたんぽ鍋の広がり

きりたんぽ鍋の広がりには、醤油の普及が大きく影響しているとされています。鹿角では、明治5年に浅利佐助商店が創業し醤油醸造が一般化すると、町で手に入りやすい鶏を使った「鶏かやき」にたんぽを入れた「きりたんぽ鍋」が広がっていきます。当時は、各家庭の庭先で飼っていた地鶏の「黒目鶏」が最高であると言われていました。



きりたんぽ発祥の地と言われる由来

昭和初期に、秋田市川反にある料亭「濱乃家」の主人である宮腰了三郎氏がきりたんぽを全国に向けてPRした際、「きりたんぽ元祖発祥の地は陸中国鹿角郡花輪町だ」と語り、花輪の「一二三軒」で作り方を伝授されたと言われています。

その後、鹿角地域以外の一般家庭では食されていなかったきりたんぽ鍋は、徐々に県北から中央の方へ広がっていき、昭和36年に開催された秋田国体で、全国から集まった選手に振る舞ったところ、知名度は飛躍的に向上し、「秋田名物きりたんぽ」として全国に知られることとなりました。

こちらをご覧ください…発祥の地鹿角きりたんぽ協議会ホームページ <http://www.tanpo.or.jp>

今回は、きりたんぽ発祥まつりについてご紹介します。