

The image shows a traditional Japanese setting. In the background, a large white torii gate stands against a dark, textured wall. In the middle ground, there's a dark wooden railing. The foreground is dominated by large, expressive white brush strokes. On the left, the characters '奉納' (Offering) are written vertically. To the right, the characters '神様、おきて。' (God様、おきて。) are written vertically, with 'おきて。' being significantly larger. The overall atmosphere is one of a traditional festival or ceremony.

9月から各地域で奉納神楽が始まります。



The image shows the front cover of the September 2018 issue of the Kogehachi Town Newsletter. The title 'こうげ町広報' is at the top, followed by 'September 2018 VOL.155'. On the left, there's a large '9' and the word 'CONTENTS' vertically. A list of contents items with page numbers follows.

● 町の掲示板	2
● 町の話題	10
● カルチャー	13
● 町の情報ひろば	14
● げんきのヒケツ	16
● 上手の宝	16

<http://www.town.koge.lg.jp>



●編集・発行／上毛町役場企画情報課  
●印刷／築上印刷有限公司  
〒387-1-09902  
福岡県築上郡上毛町大字垂水132  
TEL 0977(9)7231114

2月31日現在

世帯数	3,186	(+1)
男 性	3,651	(-2)
女 性	4,017	(-7)
人 口	7,668	(-9)
歳以上	2,639	(+5)
		34.4%
歳以上	1,412	(+4)
		18.4%
うち外国人		
人 口	45	(±0)
男 性	32	(±0)
女 性	13	(±0)
世帯数	41	(±0)
	(うち混合世帯4)	

**参考**  
平成17年10月11日  
合併時  
●人口 8,499  
●世帯数 3,057



## アミの量

月31日現在	
●可燃ごみ	140.06t (+13.97t)
ワン・ペットボトル	2.85t (-0.47t)
●びん	5.02t (-0.29t)
●古紙他	11.81t (+2.11t)
●可燃粗大	2.25t (-1.87t)
●不燃	8.53t (+1.50t)
スチック製容器包装	2.01t (+0.34t)
パック、白色トレイ	0.05t (+0.01t)

LE  
ER

# げんき の ヒケツ

80歳を過ぎた今、  
新しい趣味に挑戦して  
います。



## Q 生活の中で気をつけていることは？

昭和60年ごろからヨガをしているんです。趣味で始めたヨガですが、教室を開いたこともあります。始めてからずっと、眠る前のヨガ体操とマッサージはしていました。今はヨガ体操はしていませんが、30分間のマッサージは欠かさず続けていますね。血流が良くなって、いいですよ。スクワットや柔軟体操も毎日行っています。体を動かすことが好きで、じっとしていることが苦手なんです。それがいいのかもしれませんね。



81歳で新しい習い事にチャレンジされたことに驚けます。気持ちを若く、明るく保つことが大切ですね。

# 橋本 淳子さん(81歳)(土佐井)



## Q 趣味や楽しみは？

興味のあることにはすぐ飛びつく性格で、今までいろんなことをしてきましたね。パッチワークを10年ほどしましたし、ヨガやラジオ体操もずっと続けて

今年の6月に運転免許証を返納して、家にいる時間が増えたので、7月から大正琴を習い始めたんです。先生が家まで来て教えて下さるんですが、この年だと全然覚えられませんね。でも、止めようとは思いません。大正琴は両手の指を使うからなのか、習い始めてから頭がスッキリしたように思うんです。

### ⑨ 上毛町の若い世代へメッセージを

どの世代の方も、好きなことをあきらめずにやってみて！と思います。私が割と好きなように生きてきたので。悔いのない人生にしたいですね。

町の未来を担う「上毛の宝」

新吉富保育所

