

平成20年10月9日

## ダム守同心もりどうしん情報連絡票(第32号)

この情報連絡票は、灰塚ダムのダム守同心の方々並びに関係者の皆様に三次河川国道事務所灰塚ダム管理支所から灰塚ダム及びハイヅカ湖に関する情報をお届けするものです。

### 1. 節水にご協力ありがとうございました。

上下川流域においては、6月上旬から8月中旬にかけて非常に降水量の少ない状態が続き、川の水が不足する状況にありました。

8月19日から取水制限が利水者間の調整により、実施されてきましたがその後の降雨により、灰塚ダムの貯水率が改善したので、10月8日(水)午前9時をもって取水制限が全面解除されました。

関係者の皆様方の節水のお陰をもちまして、残り少なかったハイヅカ湖の水を使って有効的に補給することができました。ご協力ありがとうございました。

また、停止していました、噴水についても通常どおりの運転を再開しました。(8:30~16:45の間 15分間隔)

### 2. 灰塚ダム諸量

本日9:00現在のハイヅカ湖への流入水量は毎秒1.0トン、ダムから下流へ毎秒1.5トンを放流しています。

現在、ダムに貯留している水量は60%となっております。

### 3. 新しいメンバーを迎えました。

#### 【やの矢野事務補助職員】

10月1日から、灰塚ダム管理支所で事務補助職員としてお世話になります、矢野と申します。

まだまだ不慣れなので、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、精一杯がんばりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

#### 4. 中国地方地域づくり等助成事業の募集が始まりました。

「社団法人中国建設弘済会」では、平成 14 年度に「中国地方地域づくり助成制度」を創設され、平成 15 年度から地域づくり等に取り組む意欲的なボランティア団体等を助成支援されています。

来年度の助成事業について、別紙のとおり募集が始まりました。

ハイヅカ湖地域の地域づくりに関する内容でご希望等ありましたら、灰塚ダム管理支所までご相談下さい。

#### 5. スポーツの秋、食欲の秋到来。笑顔があふれています。

各地でいろいろなお祭りやイベントが開催されています。

灰塚ダム記念公園では、9 月 24 日(木)に「第 1 回 三次市灰塚ダム記念公園グランド・ゴルフ親善大会(主催:仁賀グランド・ゴルフクラブさん)」が実施されました。同大会を主催された仁賀グランド・ゴルフクラブさんのご厚意により、多くの地域からの参加者の方を対象に「灰塚ダム見学会」を行いました。

グランド・ゴルフ大会からおよそ 60 人の方の参加をいただきました。普段立ち入ることのできないゲート操作室や発電所などにご案内し、職員の説明を熱心に聞いていただきました。

灰塚ダムトライアルパークでは、9 月 14 日に「2008 全日本選手権バイクトライアル第 3 戦」が開催されました。

広島県内では 2000 年に土師ダムで開催して以来とのことでしたが、南は熊本県、北は宮城県より、総勢 79 名の選手がエントリーされ、多くの方が観戦され、一日中賑やかな声と笑顔にあふれかえっていたそうです。

木屋の癒香の杜では、9 月 28 日にキャッチコピーの表彰式、田総川を食べる会が開催されました。

コンサートあり、フリーマーケットあり、広島などからマラソンにも来られ、田総川や地域でとれた食材で作った料理に舌鼓を打ちました。

こちらも、おいしさ、楽しさに笑顔があふれかえっていました。

とても素敵なキャッチコピーが盛りだくさんでした。ハイヅカ湖地域に行ってみようかなと思ってもらえる、とても楽しいマップも作られました。

各地でいろいろなイベント等が開催されていると思います。本連絡票等でお紹介させていただきたいと思いますので、灰塚ダム管理支所まで情報をお寄せいただけると喜びます。

#### 6. 水質事故対策訓練が開催されます。

昨年度は、ハイヅカ湖の上流で水質事故の発生がありましたが、関係機関の迅速な対応で被害が防止されました。不幸にも事故が発生した場合にはこのような的確かつ迅速な対応が被害防止のために重要となります。

水質汚濁の拡散防止や水質事故時の処理等を確認し、事故現場での的確

かつ迅速な対応に備えることを目的として、10月30日(木)13時30分～15時30分に、庄原市総領町大字稲草の川平橋南詰・田総川左岸を会場として、オイルフェンスの組立・展張の訓練等が行われます。

## 7. 本号の最後に

最近、ラジオ番組のCDを図書館で借りて聞いています。

医療化学に関するもので、興味をそそるものがありましたので、ご紹介します。

専門家ではありませんので、言われていたことを正しく理解できているかは分かりませんが、このような内容だったと思います。

その方曰く、脳の最も古い部分にあるセロトニン神経が、依存症などの異常な快楽追求やうつ病やパニック障害などの過度な恐怖反応を抑制する機能がある。

安定した精神状態を保つために重要なのは、弱ったセロトニン神経を根本から鍛え直すこと。

そして、このセロトニン神経は、意図的なリズム運動で活性化され、電灯の下より太陽の光のもとで行うとより効果的だそうです。

意図的なリズム運動とは、例えばウォーキング。

ただ歩くだけでいい分けではなく、歩くことに集中して意図的な負荷をかけることがポイントだそうです。

同様に効果的な運動としてジョギングや水泳、サイクリング、噛むこと、腹式呼吸でもセロトニン神経は鍛えられるそうです。

重要なポイントは意識的にリズムのある運動をすることにあるようです。

試合でリズムが悪くなると途端に不安やあせりが襲ってきた経験、大リーガーがガムをリズムカルに噛んでいたりと、最近の切れる子供がやってなさそうな事であったり、私の中では「ストン」と納得できるものでした。

本当だとすると、笑顔あふれるハイヅカ湖地域のために、ジョギングやサイクリング、ウォーキングなども役立つかもしれないと思い、実行力のあるこの地域の皆さんを見習い、早速、ジョギングなどを生活に取り入れて自分で人体実験を試してみようと思っています。

### ◇ 問い合わせ等連絡先 ◇

国土交通省 三次河川国道事務所 灰塚ダム管理支所

支所長 今岡 俊和 (imaoka-t87mb@cgr.mlit.go.jp)

事務係長 片山 直行 ([katayama-n87hd@cgr.mlit.go.jp](mailto:katayama-n87hd@cgr.mlit.go.jp))

〒729-4302 広島県三次市三良坂町仁賀1575

電話:0824-44-4360(代) FAX:0824-44-3544

