

令和7年2月28日

TEL・FAX 0954-66-3113

発行責任者 江口 常雄

き ず な

す げん き みどり さと おお くさ の
住 み よ い 元 気 な 緑 の 郷 大 草 野

笑い声でいっぱいの 健康づくり講座 でした! (2月9日:日)

コミュニティに届いたこの講座への申し込み状況を見ていたら、やっと二桁になる程度で少し不安でしたが、当日になって見ると30名を超える方達に来ていただきました。始まりの次第がすんだ後、森先生が最初に言われたのが、「今回のような健康講座というような、似たような講座が何度もあつとはなしやろうか? そい

は、すぐに忘るっけんさあ、近頃は、聞いたたすぐ右から左、ときどき左から右の人もおる。」というような感じで、聞く人をグッと引き寄せる方言トークから始まりました。

森先生は、色んな肩書をお持ちで、教室、講座、それに講演の経験がとても豊富で、詰め掛けたマダムたちは、笑いとともにすぐ話に引き込まれていました。

内容は、活動は楽しくやりましょう、楽しくなければストレスが溜まる。ストレスの原因は、①病気、②人間関係、③仕事、④経済です、と話されました。また、「川の流



れのように」をバックミュージックにして、椅子に座ったまま、上半身を動かす運動を教えてもらいました。水道の水が凍るような朝で始まった日曜日でしたが、1時間が経過する頃には、暖房の温度を下げるほどに皆さんポカポカと温まれた様子でした。

運動と笑顔と社会参加が健康の三要素と話され、また、「まごはやさしい」が食べ物の秘訣だと言われました。それは、「ま=豆、ご=ごま、わ=ワカメ、や=野菜、さ=魚、し=シイタケ、い=芋」のことです。和気あいあいにあつという間に過ぎ、緩急自在のお話でした。

ちょっと寂しかった「うれしの未来会議」(2月10日:月)

市内7カ所のコミュニティで「うれしの未来会議」が2月4日から開催予定でしたが、4日、5日が雪の影響で延期になって、大草野が最初の開催になりました。それが良かったのか、そうでなかったのか、会場に集まったのは6人だけでした。それでも、全員が何がしかの意見が言えました。参加者が多いと、私のように気が弱いものは遠慮して中々思うように言えないことが多いのですが(^)、予定の1時間を少し超えるくらいになって、まずはホッとしました。聞くところによるとたった一人だったところもあったようで、そうなると、もう少し仕掛けを考えた方がいいのかもしれませんね。これに懲りずにまた考えてほしいと思います。



「第4回コミュニティ囲碁大会」(2月16日:日)

長〜く居座った寒波からやっと解放されて、しかも雨も上がって次第に気温が上がり、昼前には二桁の気温になったようです。そんな16日の日曜日、6名の参加者で第4回の囲碁大会が始まりました。

会長が、挨拶の中で言ったのは、「もう少し参加者が増えてもらえば嬉しいです。日ごろの活動の中に底辺拡大も含めてできればいいのでしょうか。」ということです。



昨年の記事にも書きましたが、囲碁を愛する人達の集いの場になること、頭を使うことで「脳の健康」に貢献できれば、というのが囲碁クラブの所期の目標です。

大会は、抽選で対戦相手を決めて3試合を行う方法で行われ、3戦全勝



の田中孝(式浪)さんが見事優勝されました。2位は、決定戦の末に、その結果井上晃太郎(式浪)が勝利しました。3位は山口和文(式浪)さんでした。今回大会の上位3人は、たまたまでしょうが式浪区の皆さんでした。大草野小学校の子ども達に、田中均さんと川原高文さんが指導に行っておられますが、子ども達の参加ができる大会もできればいいのでしょうか、そうすれば大人はお世話係になるなどの色々な差支えがあるようで、検討課題です。

「全く知らない方でも遠慮せずおいでください!」との伝言を添えて、大会の報告とします。

漏斗岳登山道の下払い 2月23日(日): 漏斗岳

今年は11名の参加、子ども達のためにと徐々に参加者が増えています!

気象予報士が「温暖化の影響で寒い?!」などと変なことを言う、今年の寒さですが、燃える男達はそんなことはお構いなく、山に登ります。子ども達が安全に卒業記念の登山ができるように! 今年はそんなに荒れていないだろう、と思いながら山に入ると、いきなりの倒木に出くわします。早速チェーンソーの出番です。PTAを代表して参加してくれた、西田、村島の両氏は、草刈り機を持って頂上を目指し、開けた場所の



草刈りをしてくれました。昨年掲げた旗がまだキレイに残っていました。

この旗は、今回本番の登山のとき(3月4

日)に、新しい旗へと交換し引き継ぎたいと思います。

これまで、登山道を整備してきた者は、殆どが70歳代になろうとしています。若い方の積極的な参加をお願いしたいと思います。一緒に、子ども達に思い出を作ってあげましょう。



へへ編集後記へへ

心配が尽きない

「少しは楽しそうな話を書いたら?」と、注文がありそうなくらい、この編集後記には愚痴や不平不満を書いているような気がします。

しかし、皆さん、最近楽しいニュースがありますか?

世界各国のトップたちは自国ファーストの応酬を繰り広げての覇権争い。

一方、我が国のトップは、いつも不機嫌な顔できれいごとの原稿を読み上げるだけ。

気晴らしにテレビを見ようとしても、万才もコントも一流な芸人達のひな壇での下手なトーク合戦。それに食べ物

を粗末にしている大食い合戦。ドラマといえば素頓狂な筋書きばかり。「番組制作者

は、視聴者をそんなに見くびっているのか、馬鹿にしてる?」と言いたくなります。

さらに、新聞の三面記事に掲載される事件は、非常に悪質化していて、人間性が劣化

していると思えます。個性や個人を尊重することとを教育してきても、顔を向

き合わせずに済ませる今の社会では、「人間は、他人に見られ

ていなければどんな悪い」とでもするのが本性だ。」とい

う、性悪説が優位な社会にな

っていると感じてしまう。

子ども達に、「未来は明るい!」と、言っておけるようにするのが大人の責任だと思

うが、真剣にそう思っている人がどれほどいるのか、そのことが一番心配だ。