

ふれあい新聞

(第40号) 平成8年10月1日 一田中野田町内会

夏まつりを終えて

夏祭り実行委員長 小橋 郁夫

気掛かりだった天候にも恵まれ、今年の夏まつりも盛況のうちに終わることができ、協力下さった関係者各位に感謝の気持ちを深くしている。戸数も年を追うごとに増え、町内在住の方が多くなってきているが、人々が触れ合い助け合う機会は少なくなり、朝夕すれちがう大人でさえ挨拶を交わす事がなくなっている。

汗を流しながら「焼きとり」「焼きそば」と声を枯らして、場内を盛り上げて下さった子供会の方々、練習の成果をステージで披露され、見る者全てを楽しませて下さった皆様、その方達を陰から支えて盛り上げて下さった方々、炎天下設営に汗を流して下さった方々、誰一人の協力が欠けても、あの楽しい夏まつりはできなかったと思う。

明るい町、挨拶の交わされる町に非行や悲しい事件はおこらないと確信している。会場内の至る所で交わされた、笑顔と出合いを大切に、これからも町内の行事として、皆の力を継承してゆきたいと願ったのは、私一人ではないと思う。次回には、将来この町内を盛り立て、大きい意味で日本を背負って立つ、中高生や20歳代の若者達のパワーをアピールする参加行事をつけ加えて欲しいと思う。紙面をお借りし行事担当者として、お礼を申し上げます。

小学校最後の銭太鼓

佐藤 舞 (小六)

私は、四年のころ初めて銭太鼓を習いました。最初はおくれたり、おとしたりして、みんなについていくのに必死でした。夏祭りが始まってもなかなか上手にできませんでした。「練習をたくさんしたから上手にできるかな」と思っていたら、いつの間にか終わっていました。

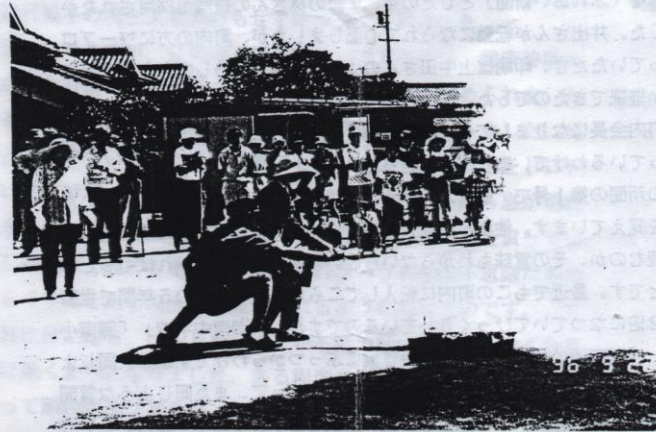
五年になって少しなれてきて、あまり落とさなくなりました。四年の時と曲がちがって、回すところなどがむずかしくなっていました。でも四年の時よりは、すぐ覚える事ができました。夏祭りの時も少しだけ周りを見れるようになり、自分にも少し自信がもてるようになりました。

そして今年、小学校最後で、銭太鼓をするのも最後になり、少し残念に思いました。最前列でもあまり緊張せずに行えました。三年間で

ほんの短い間の練習期間で、いろんな事を教えていただきました。いろいろお世話いただいた方々ありがとうございました。しかし、一番残念な事は、銭太鼓を教えてくださいました先生の植田さんが亡くなられて、私の最後の銭太鼓を見てもらえなかった事です。ここにごめいふくをお折り申しあげます。

秋の一斉清掃と防災講話

晴天に恵まれた9月22日(日)、従来どおり各公園で3つのグループに分れ、多数の方々の参加のもと一斉清掃を実施した。とくに今回は、この集まりの機会に作業を一時中断し、短時間でしたがグループごとに消防署による防災の話と、消火器の使い方の実演指導があった。



《特集》

私の健康法

角田 和子 (9組)

いつのまにか歳を重ね、大病もせず古希を迎えたのが、今年の春でした。特別な健康法も考えることなく、膝が痛むとか、血圧が高くなっているとかはままありますが、軽い運動と食事作りに、多少気配りしている程度です。高齢になりますと、記憶力や体力の減退と老化を防ぐことは出来ませんが、何かに好奇心を持ち、積極的に取り組めば、半年でも一年でもその時期を遅らせるようになるのではないのでしょうか。

私にとって一日をボーッと退屈に過ごすのが、精神的には大敵だと考えています(たまにはよいのですが)。頭と指先の運動に少しでも役立てばと思い、六十の手習いで銭太鼓と編物の仲間に入れていただき、上達は致しませんが楽しくやっています。

又近くに公民館も開館したので、自分に適した講座に入り、歴史とか有意義なお話を聞いて学習したり、知人とおしゃべりするのも、健康に

は大変よいと思っています。

私は「ひとり遊び」も好きでして、時には国語辞典を取り出して飛蝗 蜥蜴 蝻 蠅(蠟) (蠟) (蠟) (蠟) と急には読めないような字を見つけては一人で「へーとかフーン」と面白がっているのです。

時候がよくなれば、バラ園も後楽園も近くにあるし、フラッと出かけて四季折々の花を眺め、風景を楽しむのも気分転換になり、心の健康になります。

これとって決まったことは三日坊主で終わり、長続き出来ないのですが、体をマメに動かすようにして、一朝一夕にはつけれないのが健康です。自分に適した生活リズムをつくり、今日一日をつまらない日にせず、前向きにそれなりの生きがいを持って、過ごしたいと心がけているのです。これから正念場を迎える歳になりました。長寿を喜んでばかりはいられません。

私のストレス解消法

田中 建治 (9組)

ストレスの解消も人それぞれのやり方で、酒を飲むのもよし、オシャベリもよし、カラオケ、木彫り、陶芸、さらにゴルフ等趣味に打ち込むことも大いに良いと思います。

私のストレス解消法の一つに、バトミントンがあります。私とバトミントンとの出会いは、昭和53年頃、友人から週1回、午後7時から「羽根つき」をやらぬかと誘われたのが最初であります。

現在、月曜日は〇〇中学校、木曜日には〇〇高校で午後7時から、土曜日は御南小学校体育館で、午後6時からの練習にできる限り参加し、楽しんでおります。

この競技も、羽根つきを連想しますが、いざ自分でやってみると、その難しさ、激しさに驚かされます。シャトルを追って、夢中で走り回って汗を流しながらの一時は、ストレス解消の特効薬であります。

今年から、学区体協「バトミントン同好会」として、活動できることになり、毎週土曜日の午後6時から9時まで、御南小学校の体育館で、中学生から50歳代の人達、男女30数名で、「楽しく」をモットーに程度を越えず楽しんでおります。

私も50歳代、年輩者にはハード過ぎると言われておりますが、今後もケガをしないように注意をしながら、和気あいあいに続けられることを願っております。健康管理も一つだけでなく、いろいろやってみるのもいいものです。初心者の方も最初は、心もとなかった動きも一ヶ月を過ぎれば、スムーズに動けるようになります。

田中野田町内の皆さん、ご一緒にいい汗をかきませんか!