

広域情報 ネットワーク

寒梅の里小須戸町
寒梅まつり

○日本の正月に欠かせない
寒梅。季節の花即売会。
☆12/17(日)

□花とみどり館

☎025013815430

アンティ・ウオーホル展

○約200点の作品により
ウオーホル芸術の全貌を
紹介。現代美術の大きな
潮流となったポップア
ー

トの世界を見る。

☆1/4(木)2/12(月)

□新潟市美術館

☎22311622

裸詣り

○無病息災などを祈願し、
八幡神社をめざし真冬の
夜を裸で走る。

☆1/7(日)

□京ヶ瀬村企画商工課

☎025016712111



岡本 依子さん
(テコンドー選手)

夢をもたないとかなわない 夢だからこそ自由に大胆に

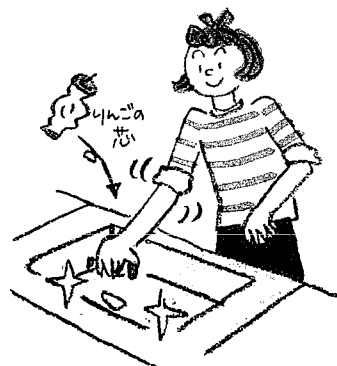
好きなことを見つけたい

子供のころから格闘技が好きでした。格好よさに憧れたところもあつたかもしれませんが、中学、高校のときは空手、大学ではキックボクシングジムに通っていました。ところが、キックボクシングには女子の試合がないんです。友達と一緒に何かをするという時間もなく、ジムに通って練習するだけという日が続くうちに、「わたしは何をしてるんやろう」と思うようになってやめてしまいました。本当に自由な時間がもてるのは、学生時代でしょう。だ

エコライフの知恵袋

● 流し台のヌルヌルは りんごの芯で落とす

流し台や排水口の周りのヌルヌルは嫌なもの。りんごの芯を捨てる前に、この汚れを芯でこすってみましょう。りんごに含まれているペクチンの作用で、脂肪やでんぷんが分解されてきれいになります。



● 流し台と洗面台の 汚れは重曹で落とす

重曹は粒子が細かいので傷が付かず、ステンレスの汚れを取るのに最適です。スポンジに付けて流し台や洗面台を磨いてみましょう。強くこすらなくてもピカピカになります。

● 蛇口の汚れは 小麦粉でこする

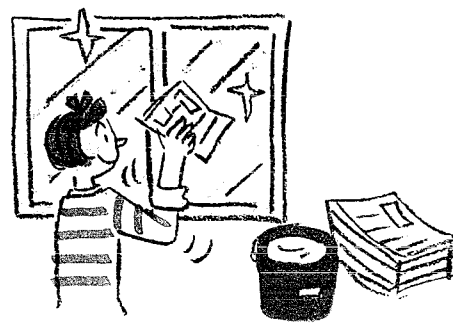
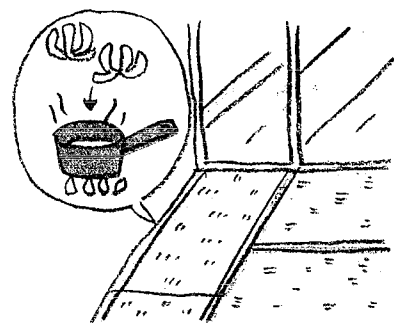
天ぷらの衣に使った余り物の小麦粉を利用して、蛇口を磨いてみましょう。絞ったぬれがきんに小麦粉を付けてこするだけですが、拭き取ってから乾いた布で拭くと驚くほど汚れが落ちます。

● 窓ガラスは 古新聞で磨く

新聞紙は、インクがつやを出し、汚れを付きにくくするため、ガラス磨きに思いのほか効果を発揮します。水に浸して固く絞った新聞紙でガラスの汚れを取ってから、乾いた新聞紙でから拭きします。

● 畳の黄ばみは みかんの煮汁で拭く

みかんの煮汁で拭くと、黄ばんだ畳もきれいになります。みかんの皮を5~6個分用意して鍋に入れ、水を加えて15分ほど煮ます。できた煮汁をお湯にまぜ、ぞうきんを浸して固く絞り、畳を拭きます。絞った後のレモンも同じように使えます。



からその間に自分の好きなことをしたい、見つけたいと思っていたんですけど、それが何か分からない。でも、分からないなりに既成概念からどれだけ自由になれるか、みたいなことを体で受け止めた。いろいろなことをやりました。今思えば本当につまらないことばかりですけど。そうやって、模索して出た結論は、何か目標を定めてそれに向かって努力していくという生き方がわたしには一番合っている、ということでした。けれど、その目標が何かはまだ具体的に見つかりませんでした。

転機になったアメリカ留学

テコンドーに出会ったのは、アメリカのおれゴン大学に留学していたときです。空手に似ていて取っつきやすかったし、何よりも通っていた道場がすごく楽しくて。だんだん、これならわたしが探していた目標になると思うようになっていきました。

道場には子どもからお年寄りまでいるんですけど、それぞれのレベルで頑張って成果が上がると、周りの人が一

緒になって喜んでくれる。わたしがテコンドーで世界一になる、という途方もない夢を語っても、それを認めてくれるんです。夢って、自分だけのものではない。だから、どんなに大きな夢をもってもいい。夢はもたないとかなわないんですから。「そんなことどうせできないやろな」、なんて考えたらだめ。夢だからこそ自由に大胆に、です。

夢は自分の道場をもつこと

どんなに大変な状況になっても乗り越えていく強さや自信など、テコンドーから得たものは計り知れません。特に

オリンピックまでの一年、選考会直前にケガがあつて大変だったとき、周りの人の励まし、応援がすごい力になりました。自分では金メダルを取るつもりでいたんですけど(笑)、人に支えてもらつて得た銅メダルは、金と同じくらい満足できるものでした。

これからは競技は続けますが、いずれは自分の道場をもちたいと思っています。頑張る人が認められて、その結果、少しづつでもその人が進歩できるような、そんな道場にしたい。これが今のわたしの夢ですけど、「夢はかなう」と信じています。(談)



おかもと・よりこ ● 1971年大阪府生まれ。早稲田大学在学中にアメリカのオレゴン大学に留学。テコンドーに出会う。帰国後、イーグル会に入門。2000年シドニー・オリンピックのテコンドー女子67kg級で銅メダルを獲得。シドニーオリンピックから正式種目となった新競技テコンドーで、日本初のメダリストに輝いた。