

No. 8



岩室空手道会

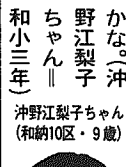
「エイッ、ヤッ」と勇ましかけ声が響く村民東体育館。外は雪こそないものの、体をす

荒海を相手に心の修業

員声 青柳 好美さん
会の 沖野江梨子さん



▲保育園の年長児
青柳好美ちゃん(六歳)のときから入りました。いまでは毎回つてもおもしろくて、たまりません。青柳好美ちゃん(岩小三年)



▲保育園の年長児
沖野江梨子ちゃん(九歳)のときから入りました。いまでは毎回つてもおもしろくて、たまりません。沖野江梨子ちゃん(和納10区・岩小三年)

このこもった練習をしています。「体を鍛えたい」「カッコいいから」「お兄ちゃんが習っていたので」と入会の動機はさまざまですが、みんな一様に空手の魅力にひかれた感じ。となく男のスポーツといった観念がありますが、スポーツではありません。この空手道会にもちゃんと女の子が入会しています。練習中は女の子だなんて、まったく気がつかないくらい、気合いと力強さがありました。「ここで教えたことは、空手の技や武道に共通した礼儀とい

アップしてくと、それに乗せて丈夫な体づくりもできるような気がします」と指導にあたる大塚日出男さん(和納三区・33歳)。ただ技を教えるだけでなく、精神的に強い子供たちを育てていることが功を奏してか、所属している糸東流の全国大会ではここ五年連続して優勝者を出しています。将来は国体選手を育てたい、というのが大塚さんの希望とか。また大塚さんに劣らず熱心なのが父兄のみなさん。二年ほど前に父母の会なるものをつくり、各大会のバックアップや裏方としてがんばっています。

「本当に父母の会のみなさんが協力的で喜んでくれます。子供さんの送り迎えをしてくれるので、練習に精いっぱい打ち込めます」と大塚さんにもツクリ。とここで、あす(二月二日)は岩室空手道会恒例の「初げいこ」の日。厳寒の日本海を相手に空手着一枚で心身の鍛練をする修業が行われます。上級者は胸まで海につかり、気合いを武器に練習。初級者も波打ちぎわで心と技を磨きます。みんな、がんばってね。



とにかく、にぎやかで元気いっぱいのワンパク拳士たち(12月14日)

カルタ



正月のカルタ遊びは、日本の伝統的な室内遊戯の一つですが、歌留多・骨牌などと書かれる「カルタ」という言葉は、もともと紙札を意味するポルトガル語からきた外来語です。外国渡来の「南蛮カルタ」のうち、現存する最古のものは天正年間(一五七三―九一年)にできた「天正カルタ」。平安時代以来の「貝合わせ」は二枚貝の殻を分けて散らし、もとの貝を合わせて取る遊びでしたが、その貝が南蛮カルタの影響で紙片に変わり、百人一首などの「歌カルタ」が生まれました。紙片を意味する英語「カード」や、医師の診察記録をさすドイツ語「カルテ」も、語源はカルタと同じです。日本人が「トランプ」と呼ぶものも、英語では「カード」。トランプはその中で一番強い「切り札」のことです。明治初年に来日した外国人が、ゲームをしながら「トランプ」と呼ぶのを聞いて、カードの総称と誤認したものとされています。カルタやトランプを楽しむながら、その歴史に思いを寄せるのも一興でしょう。

暮らしの健康



新・シリーズ(10) 文責/保健婦

歯のみがき方

●食べたらみがくという習慣づけが健康な歯の第一条件
毎日歯を磨くということは、あたりまえのことですが、本当に磨けているのでしょうか?
食事が終わったら、その都度磨いていますか。つまみ食いをしたり、甘い飲み物を飲んだあとはどうですか。食べたらずぐ磨くということが歯磨きの

の原則ですが、簡単にできそうで案外むずかしいことですね。
食べたら磨くという習慣がつくと、何度も磨くことがめんどろなので、つまみ食いをするのも少なくなり、食生活も規則正しくきちんとしてきますし、何よりも食べたあと歯を磨かずに

朝、起きたらすぐに磨かないと気持ち悪いという人は、はじめは朝食前後一回磨くのも一つの方法です。でも、朝の忙しい時間、少しめんどうです。寝る前に歯をきちんと磨いてあれば朝の気分も爽快、朝食もおいしくいただけるはず。昼食後はいかがです

●歯の健康は、体の健康を支える第一歩です
みなさんは何分くらい歯をみがきますか?よく「三分磨く」といいますが、三分磨けばきれいになるのではなく、あなたにあった磨き方で一本ずつ、でいねいに磨くことが大切で、その結果三分以上かかることもありますし、もつと短い時間でも十分なものもあります。
今までの習慣を変えるのですから、とても大変なことですが食事をするのは体のため、歯を磨くのは歯の健康、そしてやはり体を維持していくためにとても大切なことです。
みなさん、どうですか、思いきって歯磨きの習慣をかえてみませんか。歯の健康は体の健康づくりの第一歩です。



(今日は62年11月21日から12月20日まで)に届出を済まされたものです。

うぶごえ (出生)

あかちゃん	誕生日	保護者	住所
中恵里加	11.14	勝橋	本5
田隆志	11.16	一義和	西中
山田拓実	11.16	敏彦	高畑
岡島通孝	11.17	康彦	高畑
武田友維	11.20	義昭	南谷
佐藤真子	11.28	栄	和南
山岸慎太郎	11.30	喜一	夏井
皆川舞子	12.1	久夫	夏井
三浦部	12.9	昭三	石橋
五十嵐浩	12.10	永明	橋本

おめでた (結婚)

結婚した人	前住所	新住所
青海裕和	8	和8
(本間)幸恵	燕	市

おくやみ (死亡)

氏名	年齢	死亡月日	世帯主	住所
立島正義	(54)	11.21	一次郎	間3
本田トク	(89)	11.28	政男	津雲田
齋藤 紳	(90)	11.30	秀子	上2
山田司郎	(77)	12.2	ミキ	和船越
小川イツ	(85)	12.3	幸一	西船越
真嶋竹市	(84)	12.11	茂	石瀬
吹井一一	(65)	12.16	保	栄
金子ヨリ	(89)	12.17	秀藏	橋本
岩井モミ	(63)	12.19	タキ	間4
田中ヨシ	(85)	12.20	千久代	間3
長谷川タミ	(75)	12.20	敏行	津雲田

おめでた おくやみ