

矢を放つ一瞬に 気を込める



(一社)日本スポーツ吹矢協会
かしまKSC支部長・準師範

小野 緑さん (69歳・緑ヶ丘)



吹矢、里山歩き、木目込み人形

小柄な身体の一体どこにこんなエネルギーが詰まっているのだろうかと思われ、驚かされる。吹矢だけでも準師範で相当な活動量なのに、加えて里山歩き、木目込み人形づくりなど活動領域が半端でない。しかも若々しい。日本老年学会・同医学会が、高齢者年齢を65歳から75歳に引き上げるべきと提言したのも、小野さんをするといふ顔かされてしまう。

夫のふるさと鹿嶋に

スポーツ吹矢との出会いは埼玉県久喜市で、まもなく退職を迎えようとしていたH17頃。新聞で目にしたスポーツ吹矢の記事に引き込まれた。相性がよかったとしか思えない。すぐに一般社団法人日本スポーツ吹矢協会に入会、週2回春日部支部に通うのも苦にならなかった。2級から始まりH19公認指導員、指導のかたわら隣町の支部創部に関わった。H21末に退職した夫とH22来鹿。鹿嶋にまったく不安はなかった。

結婚以来、彼岸や盆暮れなど年に何度も鹿嶋を訪れ、時には夫を1ヵ月もほったらかしにして子どもと夫の実家で過ごすほど。「義兄夫婦も

いい人たちできっとウマが合ったんですね。夫の退職後、鹿嶋に帰ろうと言われてもひとつも抵抗感はありませんでした。よその土地という感じではなかったですから」。受け入れられる小野さんの人柄ゆえもあるのだろう。

早速カシマスポーツクラブ(KSC)に入会し、スポーツ吹矢体験会を皮切りに活動を始め、協会のかしまKSC支部をH24に立ち上げた。

鹿行で一人のAライセンス

「直径13ミリ、長さ1.2mの筒で3分1ラウンド5本が試合の基本。6~10m先の直径25cmの的の中心から7.5,3.1点の点数でパーフェクトだと35点です」。狙いを定めて短く一気に吹く。当然姿勢もよくなり、呼吸法にもいい影響が出る。「間違いなく健康にいいですね。わたしは冷え症で毎年両足にしもやけが出たんですが、吹矢を始めて2年目に右足が出なくなり、次の年からは両方とも出なくなりました」

スポーツ吹矢の最高位は6段。上達したからといって毎年昇段できるわけではない。上位段になれば、次の段試験を受けるまで一定の年数技術が維持できているかの試験があり、5段から6段試験を受けるには最短

で3年かかる。小野さんは協会への貢献が認められて段位の上に位置する準師範だけでなく、5段まで認定できるAライセンスを持っている。協会の教育部に属し、推進委員として会員の指導はもとより後進の育成に力を注ぐ。またH28.3障がいサポート公認指導員の認定も取得、障がい者の活動の場にも足を運んでいる。スポーツ吹矢はH31茨城国体のデモンストラレーションスポーツになっていることから、国体を機に全国の人たちに吹矢の魅力を伝えることができればと願う。

圏央道で毎月久喜市通い

吹矢は週2回のKSC支部の練習のほか、鹿島公民館、潮来スポーツクラブ、いきいきサロンひまわり、サークルなごみ会で指導する。月に1度は仲間と里山歩きで自然に親しみ、他に木目込み人形を習いに片道3時間近くかけて久喜市まで車を走らせるというから、恐れ入る。「圏央道が県内全通したのでぐっと近くなり、助かります」。小野さんのそんな日常に口をはさむことなく、みずからは畑づくりが趣味の夫とゆっくりできるのは日、月曜くらいと表情が華やいだ。



<PROFILE>

■おの・みどり

S23宮崎県美郷町(旧南郷村)生まれ。中学3年で埼玉県志木市に家族と住み、S48鹿嶋市(旧鹿島町)出身の夫と職場結婚、一女に恵まれる。鹿嶋とウマが合ったのが毎月のように夫と帰省。58歳で退職してスポーツ吹矢にのめり込み、めきめきと腕を上げる。現在、日本スポーツ吹矢協会の準師範。



▲なごみ会の練習。筒を構えて息を止める



▲大会に出場中の小野さん



▲木目込み人形も本格的

▲的までは10m。中心が7点。ど真ん中に命中



CONTENTS

- 2 まちづくり委員会と地区社協の連携について意見を提出
- 2 施設紹介・よろこび！まなびの杜「和室」
- 3 市民センのひろば ほか
- 3 地域レポート・まちづくり探検隊 押合東子ども会 お年寄りのごみ出し支援
- 4 INTERVIEW ROOM・きらり★まちづくり 「(一社)日本スポーツ吹矢協会かしまKSC支部長 小野緑さん」



ヴォーカルアンサンブル
カンタービレ



かしま灘楽習塾
「詩吟を楽しむ会」



鹿嶋の森フォトクラブ
市民ギャラリー作品展示



かしま灘楽習塾
「くらしを彩るクロスステッチと小物作り」



かしま灘楽習塾「推命気学」



かしま灘楽習塾「尺八を楽しむ」



かしま灘楽習塾
「なるほど楽しいワード」



かしま灘楽習塾
「気楽に楽しむピースアクセサリー」



ロコマイカイ・バルバル



第14回
鹿嶋市まちづくり市民大会



第14回
鹿嶋市まちづくり市民大会



かしま灘楽習塾
「気楽に楽しむピースアクセサリー」

まちづくり市民センター懇話会

まちづくり委員会と地区社協の連携について意見を提出

市まちづくり市民センター懇話会（前田洋一会長）に市民センター長が取りまとめを求めた「まちづくり委員会と地区社会福祉協議会の連携のあり方」についての意見が、12月14日、前田会長から大沢センター長に提出されました。

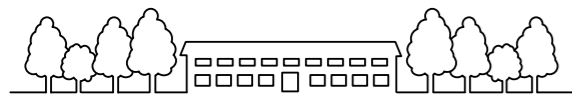
意見書では、各地区まちづくりセンターに配置されている主事と市社会福祉協議会所属の地域福祉推進委員がそれぞれ別個の指揮管理系統にあることから、当面は双方を地区まちづくりセンター長の指揮下に一元化し、日常的な諸事業での連携強化を図るべきとし、地区まちづくりセンターと地区社協の組織のあり方は先送りとししました。大沢センター長は、「今後ますます高齢社会が進む中、より身近な生活圏の中でお互いを支え合う営みが求められることか

ら、まちづくり委員会と地区社協が一体的に諸活動を推進するための足がかりとして期待できる」と、むずかしい課題に真剣に向き合ってくれた懇話会の労をねぎらいました。



▲前田会長（右）が大沢センター長に提出

～まちづくり市民センターの館内をシリーズで紹介～



ようこそ！まなびの杜 (vol.9)

「和室」



2階の研修室向かい側にある、出入口が格子戸の部屋が今回紹介する和室です。

部屋は2畳の小間（水屋）に続いて14畳の広間があり、茶室の造りになっています。広間には炉が切っであり、炉の季節（11月～4月）には使用できるので、一年を通して茶道の稽古が可能です。

※茶道具の貸出はしていません。

その他、ヨガや着付けの練習・座卓を利用して少人数の研修会や打ち合わせなどにも利用可能です。

※正座が困難な方向けに高座椅子を1台、着付け用に姿見を5台常備しています。

＜和室データファイル＞

- 【場 所】 B棟2階
- 【面 積】 39㎡（16畳＝14畳＋2畳）
- 【人 数】 10人
- 【備 品】 長テーブル5台 座布団 炉（電熱器）2ヶ所
- 【施設の予約】 利用日の前月の1日から予約可能
- 【利用料金】 市内在住・在勤・在学者は無料 但し、生涯学習活動でない場合などは有料（2時間まで720円、以降1時間毎に360円加算）となります

利用します!! 市民センのひろば



フォークダンスなでしこ 出島 康子さん（港ヶ丘）

フォークダンスは認知症の予防と体力づくりのため、週に1回仲間と楽しく練習しています。

かしま灘楽習塾 大人の塗り絵講師 田中 栄さん（中）



大人の塗り絵は今、世界中で大ブームです。塗り方のテクニックを学んで楽しみながら作品を仕上げます。作業に集中することでリラックス効果も期待できます。

オカリナのきれいで温かみのある音色に魅せられて練習に励んでいるサークルです。いろいろな曲に挑戦しながら、演奏する楽しさを味わっています。



つちのね 橋本 文子さん（泉川）

地域レポート



お年寄りのごみ出し支援、コミュニティにか

押合東子ども会が県子連「優良子ども会」受賞

平井地区の押合東子ども会（35人／大川悦子育成会長）が、1月28日、優良子ども会として県子ども会連合会表彰を受けました。表彰事由となったのは、地域の中でごみ出しに不自由する高齢者のお手伝いを続けていること。高齢社会が進む中、身体機能の低下などで、日常生活のちょっとしたことに困っているお年寄りは少なくありません。以前、本欄でも鉢形地区でのごみ出し支援の様子を紹介しました（昨年6月号）が、押合東子ども会では3年前から、夏休みと冬休みに取り組んできました。

きっかけは、他県でのごみ出し支援の事例を大川会長が耳にしたこと。「事例はクラブ活動でのことでしたが、うちでもできるんじゃないかと子どもたちに呼びかけたら、やろうということになって。子ども会の活動としては県内初のように。東日本大震災も経験して、お互いに支え合う心が地域に広がればいいとも考えていたところでした」と大川会長。初めて訪れるお年寄りの家に気後れしながらも、「だんだん進んでやりたいと思うようになった」と6年生の青木海毅くん。取材に応じてくれた低学年の子どもたちも、「重かったり、ごみ臭かったりしたけど、楽しかった」と笑顔を見せてくれました。

「対象は夫婦を含めた高齢者世帯だったんですが、実際にはひとり暮らしの方でしたね。お年寄りの皆さんも子どもたちの訪問を楽しみに待っていて、笑顔で迎えてくれる方もいたんです」と会長。ひとり暮らしになって困るのは、ごみ出しや室内の蛍光灯の交換、庭木の剪定とかのちょっとしたこと。一足早く取り組んだ押合東子ども会のごみ出し支援は、世代を超えた地域コミュニティの形成にも大きな力となっています。



▲県子ども会連合会表彰式の押合東の子どもたち



▲夏休みのごみ出し支援活動



▲ごみ袋をステーションまで運んで無事終了



▲取材に応じてくれた子どもたち 左から2人目が青木海毅君

掲示板

スリッパをサンダルに交換しました

2月から市民センターの上履きがスリッパからサンダルに変わりました。黒がやや大きめの27cm、白が25cmです。交換した当初は、何人の方が「スリッパがない」と窓口に来られましたが、今では「履きやすく、滑らなくていいですね」とたいへん好評です。



▲白が25号、黒が27号。目安にしてください

パソコン室にホワイトボード

パソコン室の黒板がホワイトボードに変わりました。チョークから出る粉の飛散を抑え、できるだけ室内を清浄に保つことがねらいです。パソコン室を利用される方には、窓口でホワイトボード用のマーカーをお渡しするようにしていますが、窓口があわただしい時など「マーカーはお使いですか？」の声かけを失念する場合がありますので、マーカーを使用される方からもお声かけをお願いします。



▲正面の黒板がホワイトボードに