

緑

のふるさと協力隊

桃井 侯樹 No.10

早いもので2014年も残り10ヶ月となりました。雪が降らない築上町の環境に、心の底から快適さを感じています。そして僕も残り1ヶ月の活動を持って、大学に戻ります。

さて、今月の活動は、餅つき、神楽を舞いながらの年越し、成人式での司会、町民劇の猛練習、じゃがいも掘り、薪割り、トマトの片付け、かき漁のお手伝い、という内容でした。

年末には、たくさんの方に呼んでいただき、餅つきをしました。人生で初めてこれほどまでに杵で餅をつきました。その中でも、漁師さん達と共についたことが印象に残っています。お餅の美味しさはさることながら、お昼ご飯代わりに食べさせてもらった、おこわ（もちになる前のもち米におかかと醤油をまぶしたもの）が秀逸でした。

また、お世話になっている湊金富神楽での年越しも、素敵な経験です。いつもならば、家族と過ごし、そばを食べ、ゆったり年を越すのですが、緊張しながら舞い、気付いたら年が明けていたというこの2014年の幕開け、一生の思い出です。無事に(?)舞うことができ、ようやく安心できた感覚も心地良かったです。見に来られた方も多く、築上町の文化に触れた気がしました。若葉のふるさと協力隊で来てくれた、松本行央さんも来てくださいました。

そして成人式。僕は昨年、宮城で成人を迎え、式にも参加しましたが、築上町の成人式は心温まる、成人者と距離が近い、素

敵なものです。実行委員会として、パンフレットの内容やテーマの設定など、生涯学習課の皆さんのご尽力もあって、時間を掛けて準備をした甲斐のある素晴らしい式典になったと思います。当日は司会の大役を務め、成人された皆さんの協力もあって、スムーズに式を進めることができました。若者の人数が減っていく中で、このような成人式のある築上町に、更に魅力を感じました。また、クリスマスにサンタクロースになったことも含め、「してもら側」から「してあげる側」になったことに「もういい大人だろ?」というメッセージを感じています。嬉しくもあり、これからの社会を担う一員として責任も感じるようになったこと。この経験を築上町でできたということは、生涯忘れられないものになります。残り1ヶ月、3月1日には1年間の活動報告会を行います。準備に追われる日々ですが、今、築上町で活動している有り難みを忘れず、胸突き八丁、ここからが正念場。気を抜かず、走り切りたいと思います。今月もよろしく願います!



餅つき



成人式

NPO法人しいだコミュニティ倶楽部からのお知らせ

寒い日がつづきますが・・・運動不足で筋肉が衰えていませんか?
メタボからロコモへ…ロコモって知ってますか?

ロコモとは…

運動器障害のため、要介護になっていたり、要介護になる危険の高い状態を言います。(運動器障害…筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板などの障害) いつまでも自分の足で歩き続けていくために、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが今、必要です!

予防のため…早い時期から定期的に運動する習慣をつけましょう!

そこで…しいコミからおすすめ教室を紹介します

※会員になると…自分のスケジュールに合わせて教室が選べます! 仕事をしている世代の方は、夜の教室をおすすめ! 見学も大歓迎です!



	教室名	曜日	時間	場所	現在参加世代
午前	太極拳	毎週金曜日	10:00~12:00	中央公民館	50~70歳代
午後	ストレッチ	第2・4水曜日	13:30~14:30	椎田武道館	40~80歳代
夜	太極拳	毎週金曜日	19:30~21:00	中央公民館	30~70歳代
	ヒップホップ	毎週木曜日	20:00~22:00	椎田武道館	小学生~40歳代
	ソフトバレー	毎週火曜日	19:30~21:30	椎田体育館	10~60歳代

教室内容の問合せはこちらまで…しいコミ事務局 56-0075