

足見生き生き教室

7月12日（火）、足見ふれあいセンターにおいて、足見地区振興会主催により本年度第1回目の生き生き教室が開催され、男性8名、女性9名の17名の参加がありました。この日は、げんき広場にいみの桑原さんを講師に、和気あいあいの中で活動されました。日頃のピオーネ栽培等で疲れた身体をほぐすために、つつぱり棒を使って足や背中の筋肉をほぐしていただきました。特に太ももの筋肉をほぐすと座りやすくなるとのこと、参加者はしつかり取り組まれていました。

また、市健康医療課の藤野保健士より認知症予防について講話があり、健康に過ごす秘訣を学びました。



背中をほぐす参加者

草間生き生き健康アップ教室

7月15日（金）、草間公民館において、草間カルスト里山の会主催による本年度最初の生き生き健康アップ教室が開催され、13名の参加がありました。げんき広場にいみの小谷さんを講師に、和やかな雰囲気の中で健康アップ教室が行われました。この日は運動機能測定として、握力や身体柔軟性の測定、片足立ち（開眼と閉眼）の他に、椅子に座って足を動かした時間内の回数を記録するものもありました。参加者の中には、片足立ち（開眼）で3分間を達成される方もあり、日頃の疲れた身体をほぐし、いつまでも元気で歩けるようにと取り組まれていました。

この教室は、今後ほぼ月に1回（計8回）の予定で開催されますが、健康アップのためにも途中からの参加も歓迎することです。



立ったり座ったりする運動の様子

草間郵便局長杯GG大会

7月20日（水）、足見南部グラウンドにおいて、37名の参加で行われました。

※成績は次の通りです。



【男子の部】

①小川晴夫 48打 ②中山義昭 ③二摩泰男

④福水 真 ⑤長田桂治

【女子の部】

①藤野晴美 56打 ②清本ヒサ子 ③藤井シゲノ

④吉川岸恵 ⑤檀本祥子

※総合優勝 小川晴夫

【ホールインワン賞】

・吉川岩夫 ・小川晴夫 ・二摩泰男

【ホールインワン賞15歳以下】

・吉川岸恵 ・中山義昭 ・福水 真

・長田桂治 ・藤野晴美 ・小川晴夫 2本

・数原ユリ子 ・杉 學 ・清本ヒサ子 2本

・村田利夫 ・杉 基

AEDを本館屋外に移設

7月から、草間公民館別館内にあったAED（自動体外式除細動器）を、本館の玄関入り口左横（屋外壁）に移設しました。

別館内や本館内の場合、緊急時に鍵を開けて入るか、ガラスを割って入る必要があり、使用までに時間を要する場合があります。本館の屋外に移設しました。使用することが無いことを願っていますが、万が一のためにご周知いたしたいと思います。



移設したAED

湯川診療所からのお知らせ

休診のお知らせ
8月15日（月）と29日（月）は、休診します。ご迷惑をおかけしますが、よろしく願います。

草間カルスト里山マルシェの初開催

7月24日（日）、大原サブセンターにおいて、草間カルスト里山の会（堀江利明会長）地域振興部（田本友広部長）は、初の試みとして「草間カルスト里山マルシェ」を開催しました。桃の出荷が旬を迎えるこの時期に、桃をはじめ、各家庭で栽培されたキャベツやナス、キュウリなどの夏野菜や、ジャムなどの加工品が安価で販売され、家族連れなどが立ち寄って買い求めていました。



野菜を買い求める来訪者

「羅生門」名の由来

探検ロマン草間台遺産 No.136

「羅生門」の名の由来については、①垂れ下がっているサガリゴケの様子を薄衣に例えた（「羅」の字には、薄衣という意味があるのです）、②平安京・平城京の大門「羅生門」がもとになった、③芥川龍之介の小説「羅生門」がもとになった、などと言われています。しかし、③の可能性はなくなり、なぜかというところ、芥川の小説「羅生門」は、大正時代の作であるのに対し、実は「羅生門」というのは、第一・二・三・四門を含めた草間4484番地の字名であり、旧土地台帳を調べると、明治の時代も「羅生門」の字名であったことが分かるからです。ここまでわかってくると、江戸時代の古文書の中に「羅生門」の文字が見つからないだろうか、とても気になるところです。

川柳 題「長」「里」

ぬるま湯につかり過ぎたか鈍る感
帰郷して昔のパズル埋めている

田井芳枝

曾孫達長居は出来ず顔見世に
若い日は里恋しくて淋しかり

高畑文子

長期戦マスクも顔と一体化
里山にメレンゲの泡アオガエル

西本八寿江

コロナ禍の長いトンネル先見えぬ
退職後余生に住もうふる里に

才田茂美

長生きもとかくコロナが邪魔をして
里の秋歌った頃を懐かしむ

小川久子

長い道昔は徒歩で今リニア
百歳でだんだん遠くなる里の道

中村すみえ

また一つ長寿を刻む誕生日
来世でも我が里山を夢に見る

笹田 彰

短歌

明るさと色はそれぞれ異なれど
個性煌めく夏空の星

杉 秀樹

脳トレに音読始めて一ヶ月
小学生に戻りし学ぶ

長岡愛子

節くれの指は夫亡き三十余年
田畑守りし証と思う

中村すみえ

庭の辺にあふるる黄の花 まつたうな首領で
あるかのやうに見てみた

滑 都

「あつ出てる」一年たちて葉を出した
黄色いカラーよ次は花だね

西山富美子

俳句

有り余る力出し切る青葉山
父の日よ妻の手づくり茗荷焼

橋本八重子

長田保子

