

健康のヒケツ

町民が健康のヒケツを伝授します



健康のヒケツは
「体と脳を鍛えて、長寿日本一を目指す」
なかむら せいいち
中村 精一 さん (100 歳)

本年度、本町で100歳を迎えた22人のうちの1人、中村精一さん(11ページ参照)。中村さんの1日は、毎朝3時から始まります。「いすに座って、体操をするのが日課」と話し、3kgのダンベルを両手に持って体を動かします。他にも家の回りの掃除をしたり、電動車いすに乗って買い物に行ったりと、何かと体を動かしている中村さん。「自分でできることは自分で」と胸を張り、戦争に行ったときの経験を生かして、料理も作ります。そんな中村さんの家には、本がたくさん。「本を読むのが一番の楽しみ」とほほえみ、月1回本屋に行き、自分で選んだ本を毎日読みます。新聞を隅々まで読むことも欠かしません。本を読むだけでなく、家計簿や日記を書くことも脳を鍛えるための中村さんの大切な日課です。

「男性の長寿日本一になることが目標」と目を輝かせる中村さん。これからも自分でできることを続けて、日本一を目指します。

Boys&Girls, Be

Ambitious!

頑張る子どもを紹介します

Kids

北伊予中3年

みよし けんた
三好 健太 さん

「大好きな野球をずっと続けたい」

「野球は楽しくて大好き」とほほえむ北伊予中学校3年生の三好健太さん。「松山リトルシニア」に所属し、今年7月、初めての全国大会「第15回林和男旗杯兼北海道連盟50周年記念大会」に出場しました。

三好さんは、小学校3年生からスポーツでソフトボールを始め、中学校から野球に転向。「チームの雰囲気になじめず、やめたいと思ったこともある」と話しますが、そんなときお父さんから掛けられたのは「できてからやめろ」という言葉。「できてないことがいっぱいあって、まだやめられないと思った」と当惑を振り払い、それからより一層練習に打ち込むようになりました。

その成果が実り、初の全国大会では力強いバットングでタイムリーヒットを打って、チームの勝利に貢献。「気持ちよくて、最高だった」と目を輝かせます。

「高校に行っても野球を続けて、1年生からレギュラーになりたい」と意気込む三好さん。これからも一打に全力を込めて、大好きな野球を続けていきます。



Health

今回は、岡田小学校で取り組んでいる、「I♥岡小プロジェクト」について紹介します。



岡田小学校
岡田っ子夢のクロバー隊の皆さん

松前の 魅力 伝え隊

学校自慢編

町民が松前町の魅力を取材します

岡田小学校で実施している「I♥岡小プロジェクト」は、「I(アイ)=いじめ」「♥(ラブ)=ゼロ」という意味があり、岡小をもっと好きになるための取り組みです。

プロジェクトの内容は三つあります。一つ目は、「広げようあいさつの輪」です。登下校時のあいさつのレベルアップを目指し、相手の名前を呼んでからあいさつを行うよう心掛けています。二つ目は、「増やそう! 違う学年の友達」です。学年の違う友達と共通の目標を持つことや仲よくなることで学校が楽しくなると考え、縦割り班での清掃活動や月1回の遊びを行っています。三つ目は、「友達のキラリ発見」です。友達のよいところを記載したカードを集めるポストを校舎内に設置し、その内容を給食時の放送で紹介するなどして、友達のキラリと光とるを発見するようにしています。

こうしたプロジェクトを通して、いじめ「ゼロ」を目指し、優しさがあふれる学校になるように取り組んでいます。



近所の ま キラキラ さき人



このコーナーは、広報担当者ではなく町民の皆さんがカメラを持って、松前町の魅力を取材します。取材してくれる人を募集中です。詳しくは、総務課広報広聴係 ☎ 985-4132 に連絡を。



しげかわ よし き
6年 重川 義季 さん

広げようあいさつの輪

元気なあいさつを学校中に広げるため、正門に立って、相手の目を見ながら一人一人にあいさつをしています。気持ちのよいあいさつが返ってくるとうれしいです。

増やそう! 違う学年の友達

知らない子にも自分から声を掛けて積極的に仲を深めてきました。お互いの好きなことの話などをして、よい友達関係を築いていこうとしています。



あさだ めい くる
6年 浅田 碧空 さん

友達のキラリ発見

帰りの会で隣の席の友達の頑張っていることややせてきたところを伝え合っています。よいことを言うのも、言われるのもとても気持ちがいいです。



みやた りん くる
6年 宮田 直人 さん

▼編集後記

「広報さんが来るから、表紙狙っよ!」秋祭りの取材で最もうれしかった言葉です。広報紙に載ることをうれしく思ってもらえるんだなあ、と実感しました。毎月頭を悩ませる表紙の写真。実は、カメラを縦に構えているときは表紙の写真を狙っていることが多いです。ぜひ皆さん狙ってくださいね。

紙面に掲載できなかった秋祭りの写真を町公式インタグラム(左のQRコード)に掲載しています。ぜひご覧ください。(西尾)

町の各地にのぼりが立ち、段々と秋祭りムードになるこの時期だけの光景。実は昔から結構好きです。秋祭り当日、そんなことを考えながら出勤しようと家を出ると、おみこしについできた親戚、同級生、先輩にちよんど出くわしました。朝から会えてうれしかったです。

今年はたくさんの人に送られて家を出ることになりましたが、次は地域の皆さんと一緒に秋祭りを楽しみたいですね。(野本)