

マイサークル

あしたば白石 太極拳愛好会

164

～ボケないで、しなやかな人生を!～



太極拳とは、武術であり、芸術であり、哲学を含んだ心身の健康法です。毎月第2、第4水曜日夜19時から2時間楽しく、心地良い時を過ごしています。予防は治療に勝りますので、私たち会員は、日々のストレスを忘れ、気功の入った太極拳、八段錦、練功と、いろいろな健康体操をします。合間には輪になって、全員の顔を見ながらのストレッチ体操を、社会、家庭、健康の話をしながら行っています。日中仕事を持っている方、または孫を世話している方、介護をしている方と会員の年齢や状況もさまざまですが、思いは「健康でしなやかな人生を」と同じです。初心者、ベテランも動きは一緒ですので、楽しく、気持ち良く汗をかき、スッキリした心身で帰宅できます。仕事、家庭の事情でお休みする人もおりますが、毎回同じ動きの運動を繰り返ししますので、欠席しても心配しないで参加できます。上西先生の気合いの入った声、笑顔に励まされながら会員同士仲良く舞っています。

☎あしたば白石 ☎25-5095



国際コーナー International Corner

またまた年末がやってきました。私が白石に来て1年4か月。時の流れは本当に速いと思っています。それも白石の皆様のおかげで、最高の日々を送ってきました。

去年の7月に来ましたが、いろいろな都合で講座を開くのが遅くなりました。11月、やっとふれあいプラザや中央公民館で英語を教え始めました。大勢の前で話すことが苦手の私は、前から非常に緊張していました。経験を重ねて来たにもかかわらず、毎回新しい講座の一回目は必ず緊張して、もともとおかしい日本語はさらにおかしくなっています。大学時代は教育の専攻ではなかったし、英語や中国語の文法説明もよくできないから、皆さんの質問にちゃんと答えられなくて、先生失格だと思はば思っています。ですが、講座に来ている人々の笑顔が私を支えていく雰囲気をつくってくれたおかげで、何となく徐々に乗り越えてきています。そして講座の時間外の交流も楽しいです。一緒に出かけたり、物を作ったり、誰かのお宅におじゃましたりします。こういう交流を通じてさらに市民と出会ったりしています。皆さんと一緒にいるといつも笑顔が絶えません。

せっかく白石に来たので、できれば白石でボランティアをしたり、イベントに参加したりしたいです。ですから多分顔を出しすぎて飽きてしまった人もいます。でもそういうイベントや行事に参加したり、手伝ったりして、いろいろなことを学びました。「人との付き合い」、「嫌なことがあっても言われても我慢すること」、「責任は最後まで背負うように」。周りの人がどう思うか分かりませんが、自分は去年来た時より成長したと思います。やはり人は、幸せに生きていくために良い人間関係が必要だと実感しました。

白石に来て昼間は市役所、夜は英会話か北京語講座、週末もボランティアをしています。このスケジュールを聞いた人はいつも「疲れませんか」と尋ねます。ですが、このスケジュールを立てたのは自分自身だから、嫌だと感じたらそれは自業自得ですね。今まで白石での生活は、時々疲れたと感じるけど満足しています。皆さんは私を自分の娘さんや孫として受け止めてくれて、本当に心から感謝しています。

Have a Merry Christmas & Happy New Year! I will see you all next year!!

市民文芸

応募方法
一人俳句三句、短歌三首、川柳三句以内。はがきに作品・住所・氏名・応募する壇名をはっきり書き、〒989-0257白石市宇理町37-3、白石市情報センターへ。はがき一枚に短歌、俳句、川柳の併記は不可。毎月15日締め切り。
Eメールでも応募できます。(koho@city.shiroishi.miyagi.jp)

歌壇

岩崎 聰之介 選

蕾もつ菊の葉群にキリギリス愛しきものを手にて包み寄り
高子うこん
去年の秋ともに名月拝みしと月見えぬ窓に亡夫を偲ぶ
山田 濱
カンツォーネ明るく響く橋の上ベネチアの街
鈴木 節子
生垣に秋明菊の咲きさかり桃色やさし風にゆれつつ
岡崎 澄子
下草をれば涼しき風のみち松の若木のみどりさゆらぐ
大津 重子
仙台は用事あらずとも歩きたび刺激頂きて元氣いで来ぬ
後藤 正子
栗飯の匂ひほのぼの立ちこめて姑の忌日なり
阿部はぎの
小春日の朝
阿部はぎの
栗剥きは忍耐の要ることながら姑の好みし栗ぶかしする
阿部みさ子
何事も体験するは大事だが大病だけは御免蒙る
大野 一生
大学に通へる孫は北海道旅して来しと土産持ち来
八嶋 正子

俳壇

遠藤 秋尾 選

鯽雲いつか入日に染まりたる
佐藤 周子
失なひしことは数へず木の葉髪
山家 弘子
紅葉して木々の名刺を知らざる
日下 文
金風の幾山河越ゆ姉妹都市
鈴木 民子
木の葉髪夫に贈る感謝状
近藤三容子
収穫の終えし日暮れ秋しぐれ
制野 リエ
星空に山深々と眠りけり
岩松 隆志
赤トンボ指より空へ失せにけり
佐久間とみ子

柳壇

米澤 礼子 選

通帳に米つぶほどの利子がつき 佐久間とみ子
仏帳を詮索もせず避けている 高橋 要一
過ぎし日はふり向くまいぞ今日がある
本年は台風達のやり放題 阿部みさ子
ダイエツト脂肪か社員採み出され 佐藤 尚志
世の中の酒なくなれと妻の愚痴 大庭 良子
静けさに耐えてはじけるほうせんか 草野 清
大リーグイチロー一人光ってる 四竈 英夫
夢ひとつ老いの道を遠ざける 水戸 光穂
良い意見必ず反対一人いる 小野嘉津子
近藤三容子

【評】一句目。しばらくぶりに通帳を見たら利子がついていた。それも米粒よりも小さい米粒ほどの。でもよかった、たんすの中ではつかないもの。米粒の表現よかったですね。二句目。「仏滅って何のこと？」「仏滅は仏滅、昔からこの日は避けるの。」常には考えてもいないが行事のある時はやはり別の日を選ぶ。その方が心に安らぎがあるのです。三句目。今日という日を元気に迎える事ができた。ありがた。でも私の今日があるのは、うれしい事、悲しい事など、いろいろな体験が身について今日の私があると思う。さあ、今日も元気で前向きに。

開催日	時間	イベント名	場所	有・無料	問い合わせ先	備考
11月30日(火)～1月24日(月)	9:00～16:00	長田正弘コレクション展	弥治郎こけし村	無料	弥治郎こけし村 ☎26-3993	19頁掲載
12月 4日(土)	10:00～12:00	わらしこまつり	中央公民館	入場無料	第一児童館 ☎25-7070 第二児童館 ☎25-3875	
12月 4日(土)～5日(日)	10:00～16:00	ゴミの変身展	ふれあいプラザ	入場無料	男女共同参画課 ☎22-6025	21頁掲載
12月 5日(日)	10:00～15:00	碧水園茶会	碧水園	お茶券400円	古典芸能伝承の館 ☎25-7949	18頁掲載
12月 5日(日)	12:00～15:30	みやぎ世代間ふれあい交流フェスティバル	ホワイトキューブ	入場無料 ※整理券必要	生涯学習推進室 ☎22-1290	27頁掲載
12月12日(日)	10:00～11:30	定期リサイクル教室「廃油から作るキャンドルづくり」	いきいきプラザ	無料・材料持参 ※連絡必要	いきいきプラザ ☎22-1635	18頁掲載
12月17日(金)	18:30～20:30	男の料理「バラエティークッキング」対象:男性のみ	あしたば白石(働く婦人の家)	参加無料・材料費各自負担 ※申込必要	男女共同参画課 ☎22-6025	
12月19日(日)	13:30開場 14:00開演	カルロ・カーリークリスマスオルガンコンサート	ホワイトキューブ	3,000円(全席指定) ※学割半額	ホワイトキューブ ☎22-1290	
12月21日(火)	11:00～13:00	冬至の会	武家屋敷「旧小関家」	大 人200円 高校生以下100円	社会教育課 ☎22-1343	25頁掲載
12月24日(金)	9:00～13:00	お正月を迎える会	武家屋敷「旧小関家」	大 人200円 高校生以下100円	社会教育課 ☎22-1343	25頁掲載
12月25日(土)	8:30～12:00	いきいきプラザ フリーマーケット	いきいきプラザ	入場無料 ※出店希望者連絡必要	いきいきプラザ ☎22-1635	18頁掲載
12月31日(金)～1月 1日(祝)	23:30～1:00	除夜の鐘を鳴らす会「響け世に、白石城の鐘」	白石城	入場無料	白石城 ☎24-3030	26頁掲載
1月 1日(祝)	6:30～7:30	初日の出を拝む会	白石城天守閣	入場無料	白石城 ☎24-3030	26頁掲載