

サ①ク③間④ 仲①間③

昔からの遊びでコミュニケーション

わらべうたで遊ぶつの会

わらべうたで遊ぶつの会は、日本の伝統的な遊び、わらべうたで、みんなで遊ぶことにより、幼稚園・保育所に入る前の子どもとその親が親睦を図り、子育てや生活全般の情報交換を行っています。現在は12組の親子が、蛇田公民館を会場に活動しています。



わらべうたは、NHKの教育番組「ほんごであそぼ」などでとりあげられ、今ひそかなブームになっていますが、このサークルは、活動を始めて10年以上になります。石巻地域に伝わるわらべうただけでなく、いろいろな地域のわらべうたも取り入れて遊んでいます。

毎週木曜日の午前10時30分から12時までの1時間半、わらべうたで、楽しく遊び、また、子育てのことなどを、井戸端会議的に話し合い、情報交換を行うとともに、日ごろのストレスを発散させる場となっています。

わらべうたで遊ぶだけでなく、クリスマス会など季節の行事を行い、会員の親睦を図っています。

同世代の子どもや親と一緒にわらべうたで楽しく遊ぶことにより、集団で遊ぶときのマナーなどが、小さいうちから身につき、また、日本の伝統的な遊びに親しむことができます。

会員は、蛇田地区だけではなく、渡波や旧河南町など全市のにいます。一緒に遊ぶ仲間を募集しています。

お問い合わせは、鈴木さん
（電話091-802200）まで。



夫婦共通の趣味で 生きがいづくり

千葉 慶志さん
小夜子さん
ご夫妻(桃生町榎崎)

今回は、ご夫婦で新日本舞踊を踊っている桃生町榎崎の千葉慶志さん・小夜子さんをご紹介します。

います。

新日本舞踊を始めたのは今から10数年前のこと。妻が友人に誘われ、踊りを習い始めたのがきっかけです。妻に勧められたこともあり、私も習い始めました。現在では、舞踊が夫婦共通の趣味となっています。

結婚したのは昭和35年のこと。今年で結婚45周年を迎えます。1男1女の2人子どもに恵まれました。その子どもたちは独立し、現在は夫婦2人で暮らして

無我夢中で踊った初舞台からこれまでの間に、数多くの舞台を経験してきました。

舞踊は奥が深いもの、特にビデオなどで自分の踊っている姿を見ると感じます。踊り終え、お客さんから大きな拍手をいただいたときの達成感、はたええようがありません。

これからも2人で健康に気を付け、人との「ふれあい」を大切にしながら、舞踊を楽しみたいと思います。



みんな

食・新聞・めんこいひ孫が健康の源

遠藤 重助さん(雄勝町雄勝) 95歳

長寿のひけつ ③



今回は、若いころに北洋船やまき網船に乗り込んで体を鍛えてあげてきた95歳の遠藤重助さんを紹介します。

遠藤さんに、ずばり「長寿のひけつは何でしょう?」と聞いたところ、食べものの好き嫌いをせず、1日3食しっかり食へること、それから、目の中に入れても痛くないほどめんこいひ孫と遊んで元気をもちつこと、と笑顔で答えてくれました。

最近では、家で新聞を読み、テレビでスポーツや時代劇、国会中継などをのんびりと見て過ごすことを新たな趣味としています。

新聞は1日3回、朝・昼・晩と欠かさず読むことを日課としており、その際、テレビの番組覧には必ず目を通します。特にスポーツ中継は要チェック! テレビでのスポーツ観戦の中でも週に一度のプロレス中継が大好氣に入り、ひいきの選手に感情移入しながら熱中しています。

しっかり食へること、新聞を読むこと、テレビでスポーツ中継を観戦すること、そして、元気をくれるひ孫と遊ぶことが、長寿のひけつになっています。

にぎやか家族 ③

北上町小滝

蛇田字下谷地



(写真左から)

武山 千夏ちゃん(6歳) 千鶴ちゃん(9歳) 千穂ちゃん(1歳) 峻己くん(8歳)

<ママから>

元気にすくすく育ってね。

<子どもたちから>

仕事で週末にしか会えないお父さん、帰ったときにはいつも遊んでくれてありがとう。



(写真左から)

雁部 愛梨ちゃん(7歳) 陽斗くん(3歳) 竜成くん(5歳)

<ママから>

けんかをしないで、3人仲良く、思いやりのある子に育ってほしい。

<子どもたちの将来の夢>

愛梨ちゃん……習字の先生 竜成くん・陽斗くん……消防士