



27

郷土の歴史を学び、 郷土愛を育む学校

湊小学校

今回は、湊小学校を紹介します。

湊小学校は、旧北上川が太平洋に注ぐ河口の東岸一体を学区にもち、北東には、牧山を中心とする丘陵が連なります。学校の裏山は、国内でも生息が珍しく、夏になると黄色い花が咲き、黒くて硬い実が数珠に使われる「モクゲンジ」の群生地になっています。

創立は、明治6（1873）年で、当時の児童数は79人でした。昭和24年には児童数が、1,700人を超えましたが、その後、学区も縮小され現在は231人となっています。卒業生には、小説「アラス力物語」の主人公で、飢餓に苦しむエスキモーのため新天地ヒーバー村を築いたフランク安田（本名：安田恭輔）のほか、31歳の若さで戦地に散った彫刻家で、文化センターにも作品が展示されている高橋英吉などがいます。

湊小学校では、学区内に多くの史跡があることもあって、子ども達に郷土の歴史を知ってもらい、郷土の良さに目を向けてもらうための取り組みが行われています。校歌の歌詞の中にも「史蹟に富める 我が湊」というフレーズがあるように、湊地区所縁の出来事や昔の人達の偉業などを毎月の朝会の中で紹介しています。保護者や教職員も、元文化財保護委



▲ 地域の清掃活動の様子

員の方を講師に招いて勉強するなど、丸となって郷土の歴史や文化について学んでいます。

そのほかにも、行政区単位で班編成する縦割り班活動において、地域の清掃活動や班ごとに独自で考えた遊びなどを通して、感謝と思いやりの心を醸成しています。また、PTA活動も盛んで、バザーを毎年開催したり、運動会の親子競技を企画するなど学校のさまざまな取り組みを陰で支えています。

学校の願いは、郷土愛を育んだ子ども達が、この地で生まれ育ったという自信と誇りをもって社会へ巣立っていくことです。偉大な先輩達も、そんな後輩が育つてくれることを見守ってくれていることでしょう。

にぎやか家族 35

牡鹿地区大谷川浜



写真左から孝晃くん、希美ちゃん、理佳さん、智加さん

《将来の夢》

阿部 孝晃くん（13歳） 外科医
 理佳さん（11歳） マンガ家
 智加さん（10歳） 看護師
 希美ちゃん（1カ月） 思いやりのある女の子（パパママ）

〈両親から〉

みんな、自分の夢に向かって頑張って下さい！
 いつも応援しています。

今月の表紙から

トマトは丸かじり、それともサラダで、調理方法も多く、「トマトが苦手でもこれなら食べられる」ということがよくあります。

トマトには、ビタミンA、CそしてH、Pを多く含んでいます。ビタミンH、Pは、細胞と細胞をつなぐコラーゲンを作り血管を丈夫にする作用があります。また、特に注目されているパワータマトの赤い色素の主成分リコピンで、抗酸化作用をはじめとする、抗がん作用を持っています。

この栄養豊富なトマトの作付面積と出荷量は、石巻市が県内第1位で、年間1,740トン（県内約27%）の出荷量があります。（平成17年野菜出荷統計より）

今回は、7月下旬に、河南和渕及入地区でハウス栽培を行っている世原善智さん取材しました。700坪のビニールハウスには、トマトがたわわに実り収穫を待ちわびているよう

でした。この時期は、昔ながらの味が魅力の大玉トマト「麗夏」の収穫が始まったところで、9月下旬まで収穫し、8月からは人気の完熟トマト「桃太郎」の収穫が始まり10月まで続きます。

世原さんは「今年の出来は、例年並みですが、経費面で原油高騰が重くのしかかっています。しかし、直売所などで消費者の皆さんと触れ合えることが、とてもやりがいになっていて、がんばらなくていい気持ちになりました」とさわやかな表情で話していました。



世原 善智さん
 （河南和渕及入地区）

サークル仲間

なかま
③⑤

ダンベルでリフレッシュ

健康づくりに頑張っています！

北上ひまわりダンベルクラブ

今回は、北上ひまわりダンベルクラブの皆さんを紹介します。

リズムカルな音楽と一緒に、楽しそつな笑い声が聞こえます。玄米ダンベル体操で生き生きしている「北上ひまわりダンベルクラブ」の皆さんの笑い声です。

市で開催した「玄米ダンベル研修会」で、ダンベルの素晴らしさを知り、この4月に会員25人で結成しました。毎週月曜日、午前9時30分から11時30分まで保健センター「ひまわり」で活動しています。

玄米ダンベル体操は、玄米で作ったダンベルを使い、いつでも、どこでも、誰にでも、気軽に出来る体操です。この体操は、握る力や腕の力をつけることに、手首やひじだけでなく、足などでも使う全身運動で、バランス感覚を養います。15分の体操で全身の筋肉に刺激を与え、元気な身体を作ります。

「頭と全身がリフレッシュ！無理のない体操だから毎日続けられますよ。筋肉を鍛えて、自分のことは一生自分で出来るように」と会長の佐々木さんは話していました。

今回取材した日は、初めての訪問ボランティア。近くの高齢者生活福祉センター「はまぎく」で、デイサービスを利用している皆さんに玄米ダンベル体操を教えました。



ダンベルに興味のある方、一緒に健康づくりをしませんか？いつでもお持ちしています。

長寿のひけつ



②⑧

「長寿のひけつは自己管理」

桑名 政 夫さん

(河南地区和渚) 100歳

今回は、7月10日で満100歳を迎えられた桑名政夫さんを紹介します。

桑名さんは、明治41(1908)年、旧前谷地村和渚で9人兄弟の長男として生まれました。

昭和7年に結婚し、8人の子どもに恵まれ、14人の孫と、10人のひ孫がいます。

行政連絡区長として活躍されたこともある桑名さんは、95歳まで畑仕事をし、好きな釣りを楽しんでいました。また、懸垂や腹筋をして体力づくりもしていました。現在は、決まった時間に起床・

就寝し、日中は新聞を読んだり、テレビでのスポーツ観戦(特に相撲とサッカー)を楽しんでいます。酒・タバコは飲まず、「好き嫌いなく三度の食事を欠かさない」「自分でできることは、できるだけ自分自身で」という、自己管理の心がけが長寿のひけつのようです。

