

女性セミナー

西中根女性セミナー会長
伊藤 昭子 記

- 7月22日：料理講習会（豆腐を使ったヘルシーメニュー）佐野美知子先生の指導で行った
- 8月23日：ひたちなか祭りダンスパレード参加
- 9月13日：敬老会参加（寸劇湊線今昔物語の披露とティッシュカバープレゼント）
- 10月 7日：移動研修（千葉県方面・川村美術館 他）
- 10月10日：「恵苑祭」に参加（湊線今昔物語・三浜）
- 10月11日：運動会豚汁作り（運動会雨の為中止）
- 10月30日：歩く会で海浜公園内散策（往復に青空バスを利用）
- 11月 6日：一中地区女性学級連絡会主催グランドゴルフ大会（いこいの村）
- 11月12日：フラワーロード チューリップ・パンジーの植え付け作業実施
- 11月15日：コミセンまつり参加（藤の花・ブローチ・テッッシュカバーを展示）
- 12月 6日：地域清掃参加
- 12月25日：しめ飾り作り
- 1月11日：伝統行事「どんど焼き」を開催



セミナー展示品



フラワーロード審査



川村美術館



歩く会:海浜公園散策

婦人会

会長 海野 京子 記

- 婦人会は15名活動しています。
- 9月12日：敬老会接待と余興の参加。幕内先生ご指導のもと（好きになった人）の踊りを披露。
 - 10月 7日：恒例の月見会行事を実施。14名参加し“船勢鮓”で会員の親睦を図った。
 - 10月11日：一中地区運動会。残念ながら雨天中止でしたが親睦会での接待を実施。
 - 12月 6日：地域清掃に参加。 (現在2月20日の芸能音楽祭に向けて準備中です)



月見会での親睦



地域清掃に参加

5年ぶりに虎塚杯優勝！

西中根ソフトボールクラブ
川又 吉次 記

2015年の戦績は6勝6敗1分け、勝率5割でシーズンを終えました。8割を誇った黄金期には遠く及ばなかったものの、歴史ある虎塚杯(夏の部)で5年ぶりに優勝を飾り、勝利の美酒を味わった。シーズン途中から新たな戦力として新人3名を迎える、今シーズンは更なる前進が期待出来そうだ。



紅一点・力投する海野姉と三星を守る海野弟



基本に忠実、センター返し

イベントのひとこま

西中根おやじの会
菊池 剛 記

我がおやじの会は、2013年4月の発足から間もなく丸三年を迎ますが、15年度も春夏秋冬、様々なイベント企画・参画で会員相互と地域のコミュニケーションを図ってきました。

1月11日のどんど焼きも無事終了し、今年はどんな楽しいイベントをやろうか思案中です。興味ある方、入会歓迎です！



晩秋のバーベキュー(11月22日)

六美会

編集委員
海野 吉輝 記

各種行事やスポーツ大会を通し、ふれあいと親睦を図り健康寿命を延ばす事業を積極的に取り組んでいます。今回も、交通安全と出会いを通じて、交流を深め、健康寿命を延ばす事業を取り組みました。

- 高齢者芸能発表会

10月21日(水)、高齢者芸能発表会が市文化会館大ホールで開催され、六美会からは22名が参加、日頃練習した「ボケない小唄」を合唱。称賛を受けました。

- 研修旅

9月28日(月)、31名の参加で社会福祉協議会バスを利用した日帰り旅行(常陸太田市横川温泉中野屋)、及び12月1日(火)～2日(水)、23名の参加で芹沢温泉(福島県須賀川市芹沢)へ一泊旅行を行いました。

一泊旅行では、翠ヶ丘公園(博物館)を視察し、見聞を広げました。

- 市長杯高齢者スポーツ大会

10月28日(水)、市長杯高齢者スポーツ大会が那珂湊運動公園で開かれ、個人戦の「グランドゴルフ」、団体戦の「ペタンク」「輪投げ」「ゲートボール」競技に約1,000名近い選手が参加しました。開会式では市長杯高齢者スポーツ大会市長特別表彰式が行われ、当六美会から熊谷栄子様が受彰されました。

この特別表彰は高齢者の生きがい対策の一環として、健康づくりを奨励し大会参加者の励みになることを目的としており88歳以上で、市または連合会の主催するスポーツ大会(市長杯・高ク連会長杯)に3年間連続出場した人が表彰されます。



交通安全教室



市長特別表彰 熊谷栄子様



芹沢温泉前にて

第26回歩く会

スポーツ振興会
会長 安正義記

第26回歩く会が11月22日に開催された。

収穫の済んだ中根路を園児から六美会の年配の方々、3世代約180名の参加者全員が完歩しました。今回は西中根会館前を出発して大川沿いに北上し、中根小学校～虎塚古墳～中根駅～大平柳沢風致地区～会館戻りの8Kmのコースです。

途中5か所のチェックポイントでは、完歩カードに花や動物のシールを貼ってもらい、中間地点の虎塚古墳で休息、焼き芋とお茶のサービスを受け記念写真を撮るなど疲れを癒やした。

ゴール後、スタッフが心を込めて準備したお弁当・豚汁と焼芋・ポップコーンでお腹を満たし、晩秋の一日、みんな幸せな気分になり、ふれあいを深めた歩く会でした。今年参加できなかった方々、次回の参加をお待ちしております。



ひろば

《一中生の職場体験を受け入れて》

1班 宿の内組
海野農園 海野敬人 記

一中生の“職場体験学習”的一環で二年生12名(男子9名・女子3名)の受け入れを行った。7月30日～31日という一年で一番暑い過酷なタイミングであったが、幸い作業中に熱中症になった生徒はおらず一安心。2日目には欠席者が4名も出てしまったので、ちょっと辛かったのかな?(苦笑)。

作業内容としては除草をメインに、ニンジンの播種・野菜の定植・管理作業を行った。最初の頃は生徒達が全然元気がなく心配したが、作業をしていくうちに段々と打ち解け、時折笑顔も見せてくれるようになった。昼休みにはちゃんと休憩するようにと伝えたが、時間ギリギリまで走り回っている姿を見ると少しホッとした。

今回彼らが何処まで農業に興味を持ってくれたかは定かではないが、後継者不足やTPP等の影響で明るい話題が少ない日本農業のために先輩として少しでも背中を“魅”せられたらと思い今後も頑張りたい。



《私の趣味「押花」》

4班3組
茅根 喜美江 記

私は趣味の山野草が咲くたび、この花を残せないものかといつも思っていました。

その頃、押花が流行りはじめ、私もすぐに始めました。早くきれいに押すことが一番の仕事です。



何を作るかによって材料もいろいろで、絶えず目につくものは押していました。うす紙和紙をバックに使い額絵に仕立てます。花を置いたり取ったりいろいろ工夫し最後に空気をしっかり抜きます。

私は風景画が好きなので、草、葉、枝、すすきとか秋は特に大急がしです。小さい作品は2,3時間で出来ます。出来上がった絵を額に納めると、また一段と引き立ちます。

毎日が楽しくあつと言う間に20年が過ぎました。



《ヨーガに関心のある方に》

ヨーガ インストラクター

「これがヨーガなのか」と思ったのは、北インドから来日されたチツダナンダ師の講演会でした。数日間の体験は、それまで学んできたポーズ重視のヨーガとはまるで違っていました。まもなく、インドと縁の深い先生方に巡り合え、教えていただきながら、私も幾度かヨーガ発祥の地で各地のヨーガを楽しんできました。

2014年12月、国連は6月21日を「国際ヨーガの日」と定めたのですが、177カ国もの国々が賛同したというヨーガは、体と息と心を整え自然と調和して生きる古来からの知恵を伝えています。各教室とも、生徒さん達に恵まれているのは、ヨーガのおかげなのでしょう。

ストレス過多の昨今、心身の不調にヨーガを試してみませんか？

《一中コミセン ヨーガ教室：火曜日AM10:00～11:30 水曜日PM7:00～8:30》

あとがき

例年は秋の運動会の奮闘ぶりが紙面を飾りますが、昨年はあいにくの雨。紙面が埋まるかどうか心配でしたが、幸い《ひろば》に三人の方から投稿を頂き、例年より増して充実した「西なかね」を発行することができた。

○中学生の農業体験学習指導に奮闘されている海野敬人さん、人は経験したことしか語れませんから、体験学習に参加した彼らは、きっと農業について語りはじめ、敬人さんの情熱に応えてくれるでしょう。

○「人間のはかなさ」で文豪田山花袋が「行く水の流れ、花の凋落、……」と記しているように、花は散ることによってその存在を誇示しているかと思っていました。しかし、《私の趣味「押花」》を投稿して頂いた茅根喜美江さんの作品を見ていると、「花袋先生、ちょっとおかしいですよ“花の凋落”的い回しは？」と言いたくなります。押花という技法で、“花”は見事にそのすばらしさ・あでやかさを取り戻しています。一度、六美会主催の写真展とのコラボで個展を開いてはいかがですか。

○古来からの生活の知恵の伝えが“ヨーガ”と、ひも解かれるヨーガのインストラクター、なかなか深いですね。“病は気から”といいますが、気の持ちようで体も人も変わります。これを手助けしてくれるのが“ヨガ”ですか。素晴らしい呼びかけ、ありがとうございました。



4)初回の26年度市長杯は初回にふさわしく見事優勝を飾ったヘルスボールチームGOLDRUSHの皆さん、12月の第2回大会は惜しくも準優勝。悔しいでしょうが、バネにしてください。

○全国自治会連合会の創立30周年記念式典（金沢市：10月27日）で、2班2組の大和田敬治さんに長年の一中地区のふれあいを広める会、ひたちなか市自治会連合会そしてひたちなか市民憲章協議会での会長職位を通してのご活躍に対して地域社会の維持・形成に大きく寄与されたとして、特別功労感謝状が贈呈されました。地域代表者のこの名誉ある慶事をここにご報告いたします。



○西中根の一中生を代表して、内田愛子さん、軍事綸花さん、三浦明莉さんの3人が、一中地区青色バトロール隊主催（隊長：中根の山田さん）のオレオレ詐欺被害と交通事故の防止運動の一環として、地区担当の



巡回さんそして当自治会の民生委員さんと共に、ひとり住まいの高齢者宅を訪問し、語り合ってくれました。実に素晴らしい対応ぶり。素敵に成長しています。

○年明けは暖冬で、天候にめぐまれた日々が続きましたが、広報紙が届くころには、一段と寒さが増すそうです。干し芋生産者は安堵しておられることと思います。

今年は申年です。赤パンまつて、前向きに進みましょう。編集を終えて

