

連合町内会活動報告

第十四回三原市民体育大会を終えて

深町連合町内会 体育部長 安藤 志保

十月十三日(日) 市民体育大会が開催されました。

選手の皆様、応援に駆けつけてくださった皆様、選手選考から当日の運営までご尽力くださった役員・体育委員のスタッフの皆様、ありがとうございました！

今年の目標であった「みんなが楽しむ」ことについて、スタッフアンケートでは八割の方が「満足」「やや満足」との回答でした(回収率五十九%時点)。選手や応援の皆様にとっては、いかがだったでしょうか。



選手の八割以上の方が練習に参加され、大会成績は、Cクラスで①糸崎・木原 ②沼北 ③三原中央に続く四位で、三位との差が三点でしたので、惜しいところで入賞を逃がしました。ジグザグボール蹴り競争、二十代三十代男性の四百メートルリレーでは、二位の成績をおさめる健闘でした。

ヨシ ヨシ イケル ガンパレー



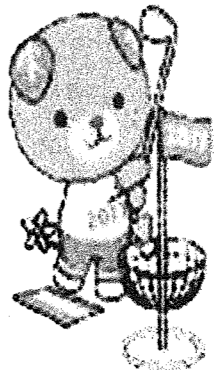
日頃運動不足の方は、これを機会に日常的に体を動かし、健康づくりを意識していただければ幸いです。「来年の市民大会に出たい！」という方は、自薦他薦で、ぜひ体育部までお知らせください！

大会当日は台風十九号直撃の翌日で、広範囲かつ甚大な被害に胸を痛めつつの大会参加でもありました。大会参加を通じて災害発生時に問われる「地域力」を培う一助けとなること、被災された方々が早く日常を取り戻せること、気象災害を招く原因となる地球温暖化の対策が進むことを願っています。

TBG協会だより

第九回広島県

ターゲット・バードゴルフ大会



第九回広島県TBG大会が、九月二十九日(日)安芸高田市吉田町西浦三矢TBG場にて行われました。三原TBG協会からは、金子勝彦・石井張司・船本雄三・三崎卓夫の四名が参加しました。

成績は次の通りです。

- シニアの部 金子 勝彦
- 五位の部 船本 雄三
- 三位 三崎 卓夫
- 七位 石井 張司
- 八位

※選手の敬称略
TBG事務局 天木 雅之
(TEL 六三二二一九〇)

深町の植物

力石 卓夫 (三原市宗郷)

《アキチヨウジ》



花が「丁子」(丁字)の形をしていることから、「アキチヨウジ」と名付けられた。初秋に丁字に似た青葉の花を咲かせることに、由来します。

※九月四日撮影

深町子どもを守る会

子どもをみんなで見守りましょう。

深小の子どもは



○午後四時過ぎに下校します。

※下校時間は日によって異なることがあります。

○近くで、遠くで、みんなで見守りましょう。

○あいさつ

声かけをしましょう。

第二中学校だより

職場体験を終えて

第二中学校二年

北迫 陽菜

事前挨拶で、どれも自分の礼儀が試されるものばかりだったので、とても緊張しました。



私の、仕事は図書館のリニューアルの手伝い。(本を運ぶ、本の除せき、棚みがき)、校内のそうじ、各先生の手伝い(ファイルなど)、模擬授業などです。

校長先生や森野先生の話聞かせていただいたときに、二人とも、「嫌いだと思ったことはあったけれど、楽しい」と話していたし、他の先生方も作業(仕事)をしていて楽しそうでした。ずっとニコニコしていてすごいと思いました。

私は今回三日間の職場体験活動を通して、礼儀を正すこと、挨拶をきちんとすることの大切さを学びました。礼儀を正して、挨拶をちゃんとしていると職場におられる方に「礼儀が正しいね」や「挨拶がちゃんとできてすごいね」とほめられました。

私は、今回三日間の職場体験学習を通してみつけた自分の課題が二つあります。一つ目は、きちんとお礼、あいさつを言うことです。体験に行く前は「ちゃんと言おう」と思うけど、実際にその時になると緊張して忘れてしまいます。

二つ目は、見通しをもって行動することです。先のことをしっかり考えてしっかり行動して、しっかり話すことができませんでした。

私は、職場体験をとおして、自分から積極的に行動することができるようになりました。そして、そうじや、人の手伝いをしたときに「めんどくさい」と思うのではなく、「してよかった」と考えるようになりました。嫌でやりたくないことでも、「これをする事で助かる人がいる」と思うようになったし、前より考え方が前向きになったような気がします。

職場体験を終えて

第二中学校二年

入川 率

電話アポは、練習の時はずうまくいったけれど、本番になると予想外の事を聞かれてこまったりして、電話だけでも難しかった。マナー講座でもいろいろなお話があって覚えるのが大変だった。

謹んでお悔やみ申し上げます

萩原 保雄様 七十一歳
(中組 千川講) 十月一日

深町各種団体十一月行事予定

- 小学校
 - 道徳参観日・地域清掃活動 一日
 - 放課後子ども教室 七日
 - PTA役員会 八日
 - 廃品回収 一〇日
 - 発表会予行 一一日
 - 三原小学校研究会 一〇日
 - 学習発表会 一七日
 - 市P連バレー練習 二二日
 - クラブ 二五日
 - 市P連バレー練習 三〇日
- 如水館中学・高校
 - 舞台芸術発表会(校内) 二日
 - 舞台芸術発表会(ポポロ) 三日
 - 高校入試体験模試 四日
 - 漢字検定 二〇日

まずは、ハーブというペンギんきょうをみました。そして実際に見ておいをかいだりました。そして草のとり方道具の使い方などをおそわりました。指導してくださっている方々を見て一生けんめい僕達に教えてくださってすごく親切だと思いました。



僕は、仕事の大変さをまなびました。農業は暑い中でもずっとしているのだから大変だと思いました。そして僕は、あらためて食のありがたみを感じました。

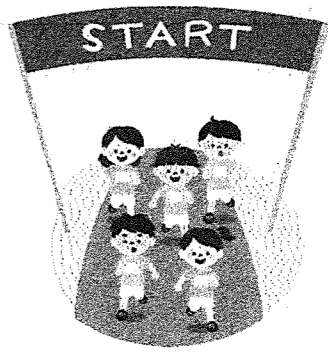
自分の課題は、あまり知らない人と話すことが苦手なものでともしっかり話しかけたりすること、それとまだ敬語が使えてないです。たまたま意識せず話していたのでそこを改善していきたいのでその職業を叶えたいです。

地域の方々の温かさなどです。僕が行った事業所の皆さんは、すごく温かく出むかえてくださり、しっかりと優しく接してくれました。それとしっかりと周りを見て行動できるようになりたいと思います。農業では、刃物などの道具を使うので周りを見ないと危険だからです。

深小今昔ものがたり(二十四)

深一周マラソン

尾道市美ノ郷町 石井 哲代



マラソン熱が上がりました。朝、登校すると靴は机上に、直ぐ運動場へ出て走るんです。先生の命令ではありません。六年生が走っていると、私も、私も、一年生から全校生徒が走るのです。みんな笑顔でした。

「キヤツ キヤツ キヤツ」 「ワアツ ワアツ ワアツ」 城山もゆれておりました。体育の時間にも、大池まで、とか、上組の堂さん、まで、下組の菰ヶ岩まで、お宮の鳥居を廻る、とか、時により目的地をきめたり変えたりしながらも、「エッシー、モッシー」と走っております。

或る年の秋の午後、六年生の男子、上組のM君、中組のH君、下組のA君の三人が「深一周マラソン」の実際の距離を測りたいので計測器を貸して下さい。」と、申し出てくれました。

会議中だった校長先生を始め先生方は「ええ事じゃね、用心して測ってきてね、おそうならんようにね」と、言って計測を任せて会議終了。学校の上から、県道から中組、上組、金剛寺の下↓下組へ通じる綱掛峠は上り坂、そして長い下り坂で下組の集落へ出ます。今中物産の前を通って、菰ヶ岩が丘の上に見える。県道です。道は良くありませんが、少し、少しの上りです。消耗している体力には、きついです。神社の前を通って学校へゴール。ヘトヘト。それが『六軒』三人の実測で証明されたのです。以来「深小マラソン」は『六軒マラソン』といわれるようになりました。

歩く会(二)に参加を

歩く会幹事 石井 堂照 本郷町 広島空港周辺



月日十一月十九日(火) 予備日なし

行程 八時〇〇分 深町上組公民館発(車) 九時〇〇分 空港周辺探訪開始 十一時三〇分 探訪終了 昼食 十三時三〇分 深町上組公民館着(車)

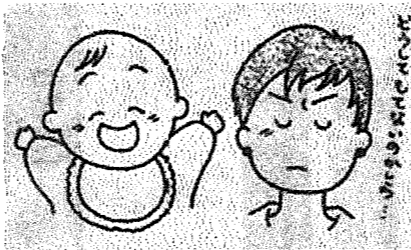
笑いには百薬に勝る

日本笑い学会副会長 医師 昇 幹夫

最近の脳生理学は男脳、女脳と脳に性差があることがわかってきて、男類、女類としてメン類と続々くくりに違ふことがわかってきました。人類はひとつ、皆兄弟と考えるところから男と女の悲劇と喜劇、美しい誤解が生ずるのです。ご存知なかつたですか? そりや大変、無用のトラブルを避けるためにも一章をもうけて後で解説しましょう。これを読まれたら俄然、目の前が大きく開けること、まちがいないです。男と女はスマイル・コミュニケーションから。

でも普段むずかしい顔をしていると、いざ笑おうと思っても顔がひきつってバリバリと頬の筋肉が音をたてます。使わなければ退化するという人間のからだの法則です。仏帳面という言葉の通り、いつもブスツとした顔をしていると、それに使われる筋肉だけが発達してしまふので、その表情のままかたまってしまふのです。仏教の中にも笑顔のすすめが説かれていきます。たとえ財物はなくても、人に喜んでもらえる無財の七施のひとつ『和顔施』。観音様の静かなほほえみ、赤ちゃんの笑顔などみな和顔施ですね。

歌を忘れたカナリヤならぬ笑顔忘れた仏頂さん。異性にもてる方法は一日一笑。仕事が大変なのはお互い様。締まりすぎたネジをゆるめるのがユーモア。ねじ切るのにはイヤ味。おはようからおやすみまで笑顔が一番ですね。



二、笑い—その意外な効用

①米国大統領のエピソード

共和党出身のレーガン大統領が狙撃され救急車で運ばれた時の話です。つきそった医者に「君は民主党員じゃないだろうネ」と言ったとか。周りの記者団は、この一言で大統領の命は大丈夫だと確信したといいますが、また彼が直腸がんで手術した後の記者会見も日本と大違い。「傷跡を見せてもらえませんか」と迫る記者団に、「できません。大統領がお見せしたいのは検査器具の挿入口です」と答えて大爆笑。だつてそこは直腸鏡の差し入れ口なんですから。

こんな逸話がありました。晩餐会の席で大統領が突然倒れ、場内は異常な緊張に包まれました。すると夫人がさつと立ち上がって、「主人は昼間天皇陛下とのテニスでメチャメチャに負け、そのショックで立ちあがれないんです。」と言ったので場内はどつと笑いに包まれ、再び冷静さをとりもどしました。ユーモアのすばらしい効用ですね。

②帯広空港での胴体着陸

昭和四十年五月二九日、北海道の

帯広空港で飛行機の右車輪が出なくなるトラブルが発生しました。この時、恐怖の機内にカメフラマンが乗りあわせ、死を覚悟しながらパニック寸前の機内を振り続けました。女性客の大半は体のちからがぬげ、吐いてる人もいます。半数以上の人が遺書を書きました。「俺は市議会の議長だ。帯広中の消防車を集めろ。」と叫んでいる人もいます。その中でたつた一人ずつと笑顔で立ち働く二〇才の佐々木朝子スチュワードがいました。彼女は、にこやかに全客席を回って顔のひきつる乗客に話しかけました。「機長は軍隊で何度も胴体着陸を経験しています。命は私が保証します。」機体が炎上するのを避けるため上空で二時間旋回し燃料が空になったところで片脚着陸を強行しました。数百メートル走って機が翼を赤土にこすりつけて止まった時、二人失神しました。乗客のひとつは、「彼女の笑顔がなかったら間違いなくパニックになっていた。あの笑顔に全員が助けられました。二五年以上過ぎた今も感謝しています」と語っています。乗務してまだ半年、土壇場の笑顔のすこい威力でした。

③笑い療法で難病を克服

日本の原爆乙女を米国に呼んで治療を受けられるようにしたこと有名なジャーナリスト、ノーマン・カズンズ氏は、笑い療法で治る見込みが五百分の一という難病を治してしまいました。

四九歳の時、ソ連訪問の旅から帰って間もなく発熱。首や手足が動かさなくなりという症状で発病し強直性脊椎炎と診断されました。これは現在でも難病のひとつ、膠原病の一種です。数週間後に半身不随となり、血沈は一時間に一一五ミリにもなつて入院しました。正常の血沈は十ミリくらいです。からだ中に固いかたまりができ、口をあけることもむずかしくなつてしまいました。



そこで彼は発病直前の事を思い出してみると確かに過労の極にあつたが、同じ行動をした妻は発病していません。その違いは何だろうか? ひとは個人の体質、もうひとつは環境の激変というストレスに対する体の防御システムがオーバードヒートしてしまつたのではないかと考えました。ストレス学説で有名なセリエ教授も、病気の働きが大切で、欲求不満や怒りを抑えることが長く続くそのシステムが故障して、細菌に対する抵抗力が落ちて感染しやすくなると述べています。そして悪感情が体に悪いとしたら、逆にプラスの感情(希望、喜び、自信、信頼、愛)や笑いは副腎によい影響を与えるのでは?。取材で会ったシユバイツァー博士の「もつと体内のあなたの主治医を働かせなさい。」という言葉もヒントになりました。薬があわなかったこともあり彼は友人の医師とビタミンC大量療法と笑い

による治療を開始。コメディビデオを見て十分間、大声をあげて笑うと、あれ程苦しかった痛みが和らぎ二時間ぐっすり眠ることができました。更に驚いたことには、大笑いした後の血沈値がいつも五ミリくらい低下し八日で八〇ミリとなり二週間目には、体も徐々に動かせるようになって、数ヶ月後にはついに難病を克服したのです。この体験を医学雑誌に発表したのを契機に彼は心と病気の治療の関係を研究チームを作りました。

ある医師がもう一度、大病したら笑い療法をするかと尋ねたのに、もちろんと答えた彼は翌年、本当に心筋梗塞に見舞われ危篤状態で集中治療室に入院しました。前回の通り、プラス思考、笑い療法を行ない冠動脈のバイパス手術を受けずに心不全を克服して退院し、二度目の奇跡を生んだのでした。

彼は病気の八五%までは自然治癒力で治るのに、自分で不治と決めるのが悪いと述べています。

④つておきの話—男と女は別の人類?

「男と女のあいだには、深く暗い河がある」黒の舟歌という歌謡曲がヒットしたことがあります。大脳生理学で男の脳と女の脳は、生まれる前に決まるといふ事実が発見される前のことでした。男類・女類という題の太宰治の小説もありました。音楽家や作家は感性でその違いを見抜き、科学が後からそれを裏付けたというわけですね。ホルモン測定が進歩で妊娠五ヶ月の男の胎児が出す男性ホルモンは、思春期の男子の量に匹敵するほどの大量であることがわかりました。男の子を妊娠すると顔がきつくなると昔からいわれるのはこのためかもしれません。その結果、男の脳と女の脳に違いが生じました。計算脳と言われる左脳と感性や情緒などを司る右脳と呼ばれる右脳を結ぶ部分(脳梁)は女性の方が男性のそれより大きいのです。そのため女性は左右の脳を自由に使えます。

例えば、女性は、離婚話の最中に泣いたり怒ったり(右脳)しているかと思つと、慰謝料の計算をクールに行なう(左脳)ことが可能ですが、男性は苦手です。

男性は特化といつて左右どちらかの脳に偏りやすいため、右脳が特化する音楽家、芸術家になり、左脳で大科学者が生まれるわけです。また女性は言葉の内容より、その話がホントかウソかを話のトーンで見抜く能力に優れています。男が内容を重視するのに対し、女性は話の速度や声の高さであればウソと見抜きます。これは言葉をまだ言えない赤ちゃんの気持ちをさつと見抜くという子育ての中で身についた能力かもしれません。北海道の動物王国の畑正憲さんのように動物と話ができる人、花や草木と話ができる人がいますね。それと同じ能力なのでしよう。

心理学の中に、山あらしジレンマというのがあります。寒い夜二匹の山あらしは、互いに暖め合おうと近づきすぎるとトゲで傷ついたり、離れすぎると適当な距離を見つけたというものです。人と人との間にも適当な距離が必要なんです。嫁と姑、親と子そして男と女の間にもスプーンの冷めない距離がネ...

次号へつづく