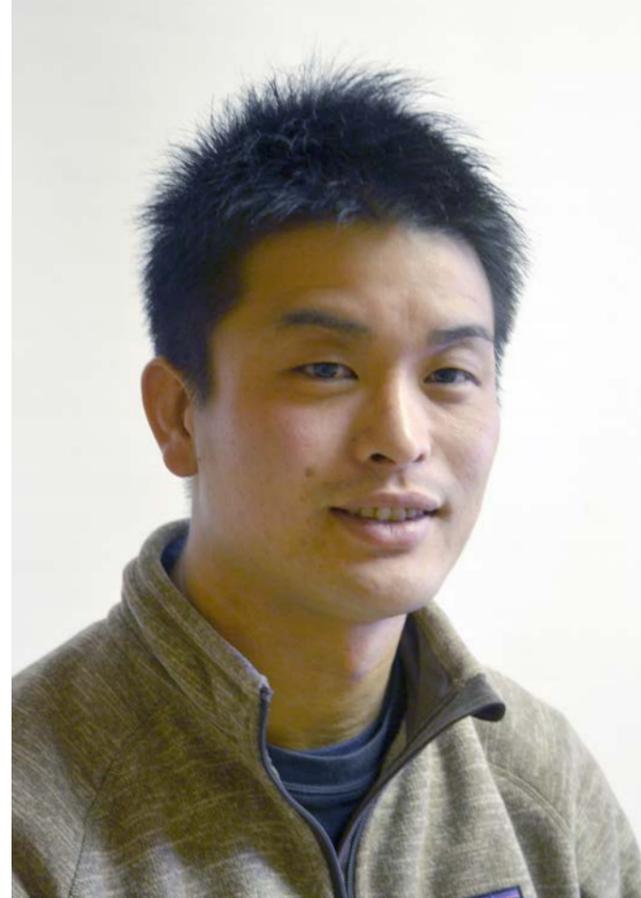


## 若狭地域にラグビーをもっと普及させたいです！

くぼ ひろと  
久保 洋人 さん (27歳・鹿島)

勤務先 若狭消防署大飯分署

- ◆どんな性格？  
明るく社交的です
- ◆休日の過ごし方は？  
ドライブやトレーニングなどアクティブ
- ◆趣味は？  
スポーツ観戦です
- ◆最近興味のあることは？  
パン作りです
- ◆好きなタイプの女性は？  
明るく、よく喋る人です
- ◆結婚は？  
そろそろしたいです
- ◆尊敬する人は？  
両親と高校・大学時代のラグビー部の監督です
- ◆ひとりごと？  
安心・安全なまちづくりにご協力を  
お願いします



次号は水取一丁目的場明音さんにバトンタッチです

### アート&カルチャー



## 納得して文字を書くことが大事

福墨会  
ふくぼくかい

設立：平成5年  
人数：60人  
書道教室(小学生から一般まで可)で習ってみた  
人は、代表の福井さん  
☎52・3178まで



福墨会書道教室の皆さん。前列中央が福井さん



書道教室の様子

書道の普及と子どもたちの健全育成を目的に活動する福墨会。代表の福井春湖さん(77歳・大湊)にお話を聞きました。「自宅を会場に、毎週月曜から土曜まで、書道教室をしていて、多くの子どもたちが参加しています。卒業時には、皿を粘土から作り、焼き上がった好きな字を書き、飾り皿として記念に残しています」と、会の活動を話します。指導方法を探ると、「ひとりひとり丁寧に教えることを心がけています。子どもたちが納得してその文字を書くことが大事なので、ときにはいっしょに辞書を広げて、成り立ちや書き順から説明しています」と、笑顔で語ります。「自分の健康に気をつけながら、一日でも長く子どもたちに教えたいです。指導者が頑張ると、子どもたちはとても伸びます。そこに生きがいを感じますね」と、目標を話してくれました。

★次号は、俳句作家協会を紹介予定です

食のまちづくり課 ☎53・1000

### 食で元気

#### 「養生七不可」



養生七不可とは、江戸時代の医師、蘭学者であり、少年時代を小浜で過ごした杉田玄白先生が提唱した健康長寿のための心得です。健康で長生きするためには、食生活や運動はもちろんですが、心の持ち方も大切です。ストレス社会といわれる現代に生きるわたしたちも、85歳まで長生きをした玄白先生の心得を大いに参考にしたいものです。

- 1 昨日の非は、後悔すべからず  
(昨日の失敗を悔やまないこと)
- 2 明日の是は慮念すべからず  
(明日のことは過度に心配しないこと)
- 3 飲と食とは度を過ぎすべからず  
(食べ過ぎ、飲み過ぎに注意すること)
- 4 正物に非ざれば、苟も食すべからず  
(風変わりなものは食べないこと)
- 5 事なき時は薬を服すべからず  
(何事もない時は薬を飲まない)
- 6 壮実を頼んで、房を過ぎすべからず  
(元気だからといって無理をしないこと)
- 7 動作を勤めて、安を好むべからず  
(楽をせず、適度に運動を)

市立図書館 ☎52・1042

### 今月のおススメ本



#### おじさん追跡日記 なかむら るみ 絵・文

『おじさん図鑑』の著者が、個性派ぞろいの24人のおじさんたちを描き上げた1冊。政治家、寿司職人、女装趣味、雑学王…。個性豊かな彼らの魅力をおじさん愛にあふれた絵と文で、深く楽しくご堪能下さい。



#### おばけの花見 内田 麟太郎 作 / 山本 孝 絵

今日はおばけ長屋のみんなでお花見。歌ったり踊ったりの大盛り上がり。ところが、急に雷が鳴り出し…。なんと、お花見に呼ばれなかった雷が、すねて暴れたのです。さて、お花見はどうなってしまったのでしょうか。

利用時間：10時～18時(平日)、9時～17時(土日)  
※休館日はP25のカレンダーをご覧ください

### イチ押し！トップアスリート

## 一人はみんなのために

小浜市ラグビーフットボール協会

設立：昭和55年  
人数：30人  
参加者募集中。中学生対象  
の練習会も実施。毎週火曜日  
19時30分から若狭東  
高校グラウンド(金屋)。



社会人チーム「アトムズ」の皆さん。前列左から2人目が高田さん



毎週火曜日の練習風景

競技普及を目的に活動するラグビー協会。母体となっている社会人チーム「アトムズ」のキャプテン・高田羽さん(29歳・尾崎)にお話を聞きました。「チームは昨年11月の北陸クラブ選手権で2連覇を果たしました。メンバーの多くが県代表です。昨年は国体北信越大会で敗退し、悔しい思いをしたので、今年こそは本戦出場を目指します」と、力強く意気込みを話します。競技の魅力を探ると、「ラグビーは15人でやる団体競技です。『一人はみんなのために、みんなは一人のために』の精神で、みんなで勝利を分かち合う瞬間が最高です」と、語ります。「僕はあまり上手ではないので、一番声を出して、ひたむきなプレーでチームを引っ張りたいです。スポーツを通して地域のつながりを作っていきたいですね」と、目標を話してくれました。

★次号は、小浜山の会を紹介予定です