

# 蕨 8

## 広報WARABI

2014/平成26年  
わらび・759

- 平成26年8月1日発行 / 発行所・蕨市役所
- <http://www.city.warabi.saitama.jp/>
- 蕨市の面積 5.10km<sup>2</sup>
- 7月1日現在人口：72,368人 前月比 +65人  
男 36,695人 女 35,673人  
世帯数：35,996  
人口密度：14,189人/km<sup>2</sup>



### 笑顔も思い出も色鮮やかに 絵の具まみれの楽しい催し

7月17日、錦町児童館で、14組の親子がボディペイントに挑戦しました。カラーでお見せできないのが残念ですが、赤や青など5色の専用絵の具で子どもたちがカラフルに変身。汚れも失敗も気にせず、思いっきり楽しみながら、笑顔と触れ合いの輪を広げていました。

～今月の特集～

- 伝えたい  
平和への思い

わ  
WARABI



# 伝えたい

# 平和への思い

終戦から69回目となる夏を迎えました。今月は市民の皆さんの戦争体験をご紹介しますながら、あらためて平和の尊さについて考えてみたいと思います。



昭和63年に建立された平和の母像(市民公園)



かの やすまさ  
菅野 安正 さん  
中央7丁目・92歳

## 弾薬抱え歩き続ける

昭和17年、私は20歳を迎え、徴兵検査で身体頑健の「甲種合格」と認められ、徴兵されました。当時は、兵隊になることが立派なことだと幼い頃から教えられており、私も戦争とはどんなものかをよく理解もせず、ただ、甲種合格の判定を受けたことがとても誇りしかったです。そして、検査後すぐに、新潟県に所在し

ていた陸軍歩兵第30連隊に入営しました。

翌年には東部第23部隊第10中隊に編入。治安維持などのため、中国・北京の駐屯地で活動していました。2週間に1度の頻度で行軍が行われ、私は機関銃班の給弾手として、腰や背中などに500発以上の弾薬を巻き付け、地雷のない畑の中などを数キロ、数十キロと夜通し歩き続けました。真

つ暗な夜道のなか、敵兵に襲われる恐怖と極度の疲労と戦う私たちにとって、前を行く仲間の背に貼られた白い布だけが目印であり心の支えでした。そうしたなか、忘れられないのが山西省の山奥での出来事です。行軍中に、突然、一面に発砲音が響きました。ちょうど、荷物を置こうと地面に手を伸ばした私の手元や腰あたりを、空を切る音とともに敵の弾丸がかすめていきました。反撃する間もなく、私たちの隊は散開。私も身を隠し、なんと一命を取り留めました。

## 消えない無念な思い

昭和19年、上海に移った私は、伍長として部下とともに列車や船を用いて、南方などへ人や物資を運んでいました。

同年秋頃、500人の兵士を船で香港へ送る任務に携わりました。大型船を用意することが難しく、徴収した艦船を用いて500人を3回に分けて送る計画でした。実行当日、私は上海の駐屯地で、第1便の兵士150人以上の無事を祈っていました。攻撃を避けるため夜間に出港した船。しばらくして、到着の知らせ

を待つ私のもとに届いたのは、敵襲により沈没したとの悲報でした。何人かは辛うじて生還できたようですが、大半の兵士たちを無事に届けることができませんでした。

そのときの悔しく無念な思いは70年がたとうとする今でも忘れられません。戦争は、民間人から兵士まで、多くの犠牲を伴います。特にあの戦争では未来ある多くの若者たちが命を落としました。同じ過ちを二度と繰り返してはいけません。そのためにも、悲惨な戦争体験を語り継ぐことが私の使命だと思っています。



▲陸軍歩兵第30連隊の仲間とともに過ごした兵舎の前で(当時20歳)

▼菅野さんの出身地・福島県発行の軍歴証明書

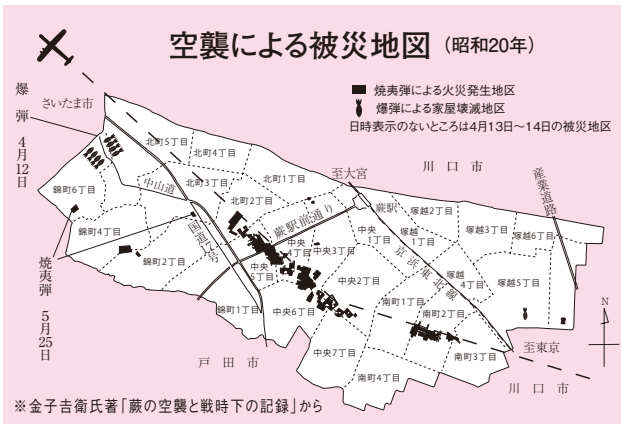




つかもと えつこ 塚本悦子さん  
錦町3丁目・82歳

### 小さな命奪った空襲

昭和20年、13歳だった私は蕨第一国民学校高等科(場所は現在の北小学校)の1年生でした。錦町3丁目の自宅に両親と3人の弟や妹の計6人で暮らしていました。学校が近かったため、空襲警報が鳴ると自宅まで避難す



※金子吉衛氏著「蕨の空襲と戦時下の記録」から

ることになっていました。同年4月12日のお昼頃、突然鳴り響いた空襲警報。私は近所に住む友人といちもくさんに走り、「気を付けて」と、途中で別れました。その後、弟や妹と杉林の広がる春日公園へ。爆撃を避けるために地面にうつぶせになって

襲い、周囲の家は全てのガラスが飛び散っていました。爆撃が収まり自宅に戻ると、地域の人が近所の家々の庭に集まっていました。周りの大人に導かれるようにその場を訪れた私に悲しい現実が……。庭には空襲の被害に遭った人の遺体が運び込ま

れ、身元の確認が行われていたのですが、そのなかに学校からいっしょに避難した友人の姿を見つけたのです。家族とともに自宅の防空壕へ避難した彼女。敵機が落とした爆弾の一つが非情にも防空壕を直撃し、命を落と

してしまいました。亡骸を前に、私は現実をすぐの場に立ちつくすことしかできませんでした。あれから69年もの年月がたった今でも、変わり果てた彼女の姿が目には焼き付いて離れません。



▶蕨第一国民学校での軍事訓練

### 悲惨な体験を教訓に

その後、翌13日から14日にかけて、また5月25日にも蕨には敵機が来襲しました(左上地図)。空襲警報が鳴る度、婦人会の活動で不在の母に代わり、弟を背負い、妹らの手を引いて春日公園まで避難しました。焼夷弾が落とされ、大人も子どもも着の身着のまま逃げた。どうにか難を逃れ敵機が去ると、みんな腰が抜け、しばらくその場から離れられませんでした。私も、恐怖と闘いながら、なんとか弟や妹たちを守ろうと必死だったことと、無事だったときの安堵感を覚えています。

県内で2番目に被害の大きかった蕨の空襲で生き残れたことは運が良かったのかもしれませんが、同時に忘れられない悲惨な体験もしました。どうか、全ての人が同じ悲しみを受けることがないよう、平和な世界を心から願っています。

### 平和都市宣言

昭和20年8月、広島、長崎に人類初の原子爆弾が投下され、早くも40年の歳月が流れました。その間、唯一の被爆国である我が国は、恒久平和を崇高な理念として憲法に掲げ、自由と正義を愛し、世界平和に寄与してきました。しかるに今、世界の超大国を中心とした核保有国が競って核軍備拡充を図っていることは、まことに脅威であり、この核軍拡競争に対して、世界のいたるところで、平和希求の叫びがとみに高まりつつあります。

このような国際情勢の中で、戦争は人間が起こすものであり、また人間の力によってこれを防ぐことができることをしっかりと心に刻み、平和で豊かな社会を次の世代に引き継いでいくことが、現代に生きる我々の責務であると考えます。私たち蕨市民は、平和憲法の精神を守る立場から、非核三原則が厳守されることを強く希望し、世界のあらゆる国の核兵器の速やかな廃絶を願うものであります。

蕨市は、市民の平和を願う心を結集し、ここに「平和都市」であることを宣言いたします。  
昭和60年9月9日 蕨市



春日公園に設置された平和祈念碑



# 参加しませんか 平和を願う催し

市では、平和への誓いを発信し続けようと、平成22年、蕨駅西口駅前広場に平和都市宣言塔(右写真)を設置。今年の夏も戦争の悲惨さや平和の尊さを伝えていくため、さまざまな平和事業を実施します。ぜひご参加ください。



蕨市平和都市宣言塔

## 公民館などの催し

### 中央公民館

平和パネル展「世界平和と子どもたち」/15日まで 問い合わせ〓同館 (☎432・2530)

### 東公民館

平和で豊かな社会を願う蕨市民のつどい/2日(土) 午前9時 市民公園 平和之母子像清掃活動ほか 問い合わせ〓同館 (☎442・4052)

### 西公民館

平和な世の中を目指して「戦争時での暮らし」パネル展/5日〜12日の試食会/6日(水) 午前10時 問い合わせ〓同館 (☎442・4054)

### 南公民館

平和パネル展「私たちの平和への想い」/1日まで 問い合わせ〓同館 (☎442・4055)

### 北町公民館

平和パネル展/17日まで 平和を願う映画会/8日(金) 午前10時〓小さい潜水艦に恋をしたでかすぎるクジラの話 午前

後2時〓八月の風船 詳細〓同館 (☎432・2225)

### 下蕨公民館

平和パネル展「戦時下の蕨の暮らし」/29日まで 問い合わせ〓同館 (☎441・1560)

### 旭町公民館

「ヒロシマ・ナガサキ原爆写真」平和パネル展/2日〜14日 問い合わせ〓同館 (☎432・4053)

### 福祉・児童センター

戦争をかたる/13日(水) 午後2時 語り手〓服部道子さん 小学生以上 持ち物〓水筒 問い合わせ〓同センター (☎431・7300)

## 平和祈念の黙祷

ひろしま ながさき 蕨島市で6日、長崎市で9日に原爆死没者の追悼と平和への祈りをこめた式典が開かれます。また、15日の終戦記念日には、政府主催の全国戦没者追悼式が開かれます。蕨市も平和宣言都市として、これらの式典に合わせ、6日(水)は午前8時15分から、9日(土)は午前11時2分から、15日

(金)は正午から敬虔な黙祷がささげられるよう、防災行政無線で呼びかけを行います。1分間の黙祷をささげましょう。問い合わせ〓庶務課 (☎433・7705)

## 歴史民俗資料館 第25回平和祈念展

「代用品」モノが語る戦時下のくらし/9月28日まで 開館時間〓午前9時〜午後4時半 休館日〓月曜日と9月16日・23日 戦中・戦後の物資が不足していた時代に考案された、軍需用品や日用品などの代用品を中心に、約100点を展示 問い合わせ〓同館 (☎432・2477)



代用品として使用されたさまざまな物資を展示

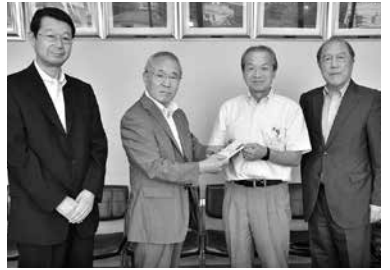
## 情報ダイヤル

掲載は無料。申し込みは秘書広報課 (☎433・7703)へ。

### 【仲間になりませんか】

- ▼メヌエット(ピアノ) 第2: 4木曜日 午前9時 中央公民館 月2500円 初心者大歓迎 入清水 (☎432・2352)
- ▼コーロ・ダーマ(女声合唱) 水曜日 午前10時 中央公民館 月5000円 〓町田 (☎441・2456)
- ▼蕨北町サッカースポーツ少年団 土・日曜日・祝日 北小学校 月1500〜2000円 (未就学児は年間1000円) 年中〜小学生 〓小泉 (☎090・4948・5936)
- ▼児童合唱団「野うさぎ」 土曜日 午後4時半 南公民館 月3500円 5歳〜高校生 〓近藤 (☎441・5659)
- ▼南団基クラブ 火曜日 午前9時半 南公民館 無料 〓井上 (☎442・0259)
- ▼楊名時(太極拳) 土曜日 午後2時半 蕨駅東口駅前ラ・セーヌビル 月4500円 〓浦島 (☎224・5915)
- ▼合気道無為会 月・木曜日 午後7時 市民体育館または第二中学校 月1000円 〓壺内 (☎441・1072)
- ▼土曜ダンス教室 月2回 土曜日 午後1時 中央公民館 月2200円 初心者歓迎 〓原 (☎444・5754)

## 子育て支援に市へ寄附



## あさがお&ほおずき市 愛され続け40回



## 大盛況わらてつまつり



## わらびりんごに大満足



## 青少年のお祭りが開催



6月23日、蕨ライオンズクラブから、市へ10万円の寄附をいただきました。寄附金は、寄附者が使いみちを指定することができます。「蕨市ふるさとわらび応援基金」として、「子育て及び教育を支援する事業」に有効に使わせていただきます。ありがとうございました。

7月5日と6日の2日間、塚越商店会主催の「第40回あさがお&ほおずき市」が東口一番街で開かれ、延べ3万5000人が来場。会場に並ぶ色鮮やかなアサガオやホオズキとともに、ステージ発表や模擬店、動物村といった盛りだくさんの催しが節目に華を添えました。

昨年、蕨駅開業120周年をまち全体でお祝した「わらてつまつり」。今年もくるるを主会場に7月12日と13日に開かれました。鉄道模型の運転会や工作教室、新型ミニ新幹線の体験乗車など多彩な催しに4500人が訪れ、鉄道を通じた地域の触れ合いを深めました。

7月15日、さつき保育園の年長組26人が、地域の宝・わらびりんごを使ったアップルパイ作り挑戦しました。園で収穫した実を生地に包んでオーブンに入れ、待つこと10分。園内には甘酸っぱい香りと、焼きたてのパイを頬張る園児たちの笑顔が広がっていました。

子どもたちの健全育成を目指す「サマー・パーク・フェスティバル 青少年まつり」が、7月27日、市民会館を主会場に開かれました。和太鼓や合唱が響き渡る会場は、ワークブリスや模擬店などで大盛況。青少年たちは訪れた4300人と地域ぐるみで交流を楽しみました。

# ま・ち・の・話・題

## このまことに暮らして



サンダー ミンさん ミャンマー 塚越4丁目・38歳

10年前に来日し、夫・豪さんとの結婚を機に3年前から蕨で暮らすサンダーさんはミャンマーのヤンゴン出身です。昨年には息子・将人さんを市立病院で出産。「先生や看護師さんが優しく、とても心強かったです」と話します。そんなサンダー

さんは都内ホテルのフロントで働いていた経験の持ち主。その流暢な日本語で公民館の子育てサロンでは、他のママと情報交換するなど交流を深めています。「友達も増えて楽しいです。これからも地域の催しに参加したいですね」と意欲的でした。

## この数な～に 16.9%

今年1月から6月までの半年間、市内での人身交通事故の件数は昨年の同期間より、16.9%(21件)減少しました。これは市民の皆さんや交通関係団体、警察、行政が一体となり行っている交通安全教室、キャンペーンなどの啓発活動のほか、ゾーン30、自転車歩行者道といった環境整備など地域全体で交通安全対策に取り組んできた結果です。今後も交通事故のないまちを目指していくためには一人ひとりの更なる意識の向上が必要です。ルールとマナーを守り、交通安全を心がけましょう。

- ▼ABCキッズ(幼児英会話) 月3回水曜日 午前10時 中央公民館か旭町公民館 月2300円 未就園児△小沼・090・9645・8812
- ▼すみれ歌謡クラブ(カラオケ) 月4回月曜日 午後1時 北町公民館 月1500円 プロ講師による指導あり △藤田・042・2798
- (参加しませんか)
- ▼病気の前ぶれの発見とストレス度の測定 24日 午後1時 市民会館 300円△平田・090・3131・9399
- ▼ダンスパーティー 14日・21日・28日 午後1時 文化ホールくるる 499円△犬塚・041・7373
- ▼涼しい朝のダンスパーティー 6日 午前9時 文化ホールくるる 400円△菊池・080・5401・1753
- ▼江戸あるき 鬼平・金さん住居跡から錦糸町・置いてけ堀まで 2日・7日・9日から選 択いずれも午前9時 蕨駅改札口集合500円△富山・090・2764・1342
- ▼日帰り旅倶楽部 東御苑・江戸城で歴史を巡る 10月18日 参加費1000円 説明会あり△岩本・090・3431・4295
- (ご相談ください)
- ▼蕨断酒会(酒害相談) 5日 中央公民館 8日 南公民館 21日 旭町公民館 午後7時△八津・090・2522・8688



# 機まつりで投票しよう 双子織のマスコット キャラクター

蕨の伝統的な織物「双子織」を広くアピールしようと、蕨商工会議所が中心となって募集してきたマスコットキャラクター。3つの候補作品の中から最優秀賞を決めるため、今月7日～10日の機まつりで決選投票が行われます。ぜひご参加ください。

親と子の  
ニュースの  
小窓



のぼりを目印に投票所へ(右下は双子織の手提げ袋と名刺入れ)

## キャラクターで全国に双子織のPRを

**ワラビ** あーだめだった。じいちゃん どうした？  
**ワラビ** 双子織のマスコットキャラクターを考え、最終候補に残らなかったんだ。  
**じいちゃん** 商工会議所が募集していたものだな。  
**ワラビ** うーん、悔しいな。どれくらい応募があったか、聞きに行こうよ。  
**職員** こんにちは。ご応募ありがとうございます。4歳から81歳まで、全国の幅広い年齢の皆さんから、817点もの作品が集まりましたよ。  
**ワラビ** そんなに！じゃ、うしかたないか。ところで、双子織って昔の蕨の有名な織物のことでしょ。  
**じいちゃん** そうだ。2本の糸を絡ませて縞模様(縞模様)に織った双子織は、織物のまちとして栄えた蕨の伝統的な織物だ。  
**職員** 素朴な風合いと艶やかな質感が評判を呼んで、その名が全国に知られていたんですよ。  
**じいちゃん** わしの名刺入れは双子織の物じゃ。  
**職員** 中仙道の皆さんなどが名産品として作っていますからね。今度はマスコットキャラクターを作って、蕨の誇る双子織を全国に更にアピールしていこうとデザインを募集したんですよ。  
**ワラビ** もっともっと有名なにするチャンスだね。

**結果は11月3日の宿場まつりで発表！**

**じいちゃん** これが最終候補の3つの作品なのか(下囲み参照)。  
**ワラビ** どれもかわいいキャラクターだね。  
**職員** キャラクターの一部に双子織の生地が使用できることや着ぐるみに

**じいちゃん** そうだ。2本の糸を絡ませて縞模様(縞模様)に織った双子織は、織物のまちとして栄えた蕨の伝統的な織物だ。  
**職員** 素朴な風合いと艶やかな質感が評判を呼んで、その名が全国に知られていたんですよ。  
**じいちゃん** わしの名刺入れは双子織の物じゃ。  
**職員** 中仙道の皆さんなどが名産品として作っていますからね。今度はマスコットキャラクターを作って、蕨の誇る双子織を全国に更にアピールしていこうとデザインを募集したんですよ。  
**ワラビ** もっともっと有名なにするチャンスだね。

## あなたはどのキャラクターがお気に入り？ ～双子織マスコットキャラクター決選投票～



A 双子織の帽子が似合う女の子

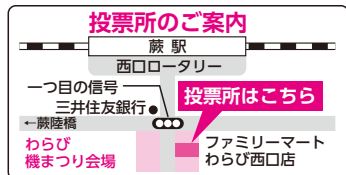


B 双子織が大好きなタコの女の子



C 双子織の巾着袋が特徴の女の子

期間 = 7日(木)～10日(日)  
 午後1時半～9時(10日は8時)  
 ところ = 駅西口のファミリーマート前  
 投票方法 = 投票用紙にいちばん好きなキャラクター(A～C)を記入し、投票箱に入れてください  
 詳細 = 蕨商工会議所(☎432・2655)



※平日の午前8時半～午後5時に事前投票を蕨商工会議所で実施しています

いくことや、まちの産業の発展を願うことを目的に始まった祭りだからな。  
**職員** そうですね。当日、投票所には3作品が描かれた横断幕などを用意します。また、そのほかに「小学生の部」、「中学生の部」の優秀賞や特別賞などの作品も展示しますよ。  
**ワラビ** わくわく楽しみだな。  
**職員** 機まつりに行けない人は商工会議所で実施している事前投票をご利用ください。最も票を集めたキャラクターは11月3日の宿場まつりでお披露目します。なんと着ぐるみで登場するんですよ。  
**じいちゃん** 「ワラビ」、「わらぶ」、「わらじろ」などに続く新しいキャラクターの誕生じゃないかな。  
**ワラビ** 僕も機まつりに行って投票しよう！でもどれにするか迷うな。

# ほっと・エッセイ 72

山田洋次監督をお迎えし  
映画祭が盛大に開催

市長 頼高英雄



山田監督とのトークセッションに参加

先月、山田洋次監督をお迎えして第1回蕨市民会館映画祭が盛大に開催されました。この映画祭は、昨年、市と災害協定を結んだパルシステム埼玉の皆さんと市民の皆さんとの協働によって、実現したものです。

最新作「小さいうち」の上映や山田監督とのトークセッション、更には蕨市PR大使の町田聖さんにも司会を務めていただくなど、たいへん素晴らしい内容で、大ホールを埋め尽くした市民の皆さんも大いに楽しんでいらっしゃいました。

映画は、日本を代表する文化、芸術ですが、同時に、地域のコミュニティを広げる力も持っています。蕨には映画館がなくなつて久しくなりますが、そんな映画を通じて、地域のコミュニティやにぎわいが広がれば、こんなに素晴らしいことはありません。

面会は毎月第1木曜日。ただし、今月は12日の火曜日。9月は4日です。時間は午後1時～5時を予定しています。ご希望のかたは秘書広報課(☎433・7701)へ

## 市民と市長の面会日

面会日は毎月第1木曜日。ただし、今月は12日の火曜日。9月は4日です。時間は午後1時～5時を予定しています。ご希望のかたは秘書広報課(☎433・7701)へ

## わが家のアイドル



ゆずか 柚花ちゃん  
(6歳2か月)

しゅうすけ 脩介ちゃん  
(2歳)

くにい 康さん  
ゆうこ 裕子さんの  
長女・長男

中央5丁目

-508-

「姉の柚花(左)は、弟の脩介(右)が生まれる前、私のおなかをなでながら『早く会いたいな』と、語りかけていました。そんな優しさが伝わったのか、2人は遊ぶときもごはんのときも隣でびつたり。大の仲よしです。脩介は、柚花が口に運んであげると、嫌いなタマネギでもおいしそうに食べてくれるんですよ。そんな光景に私も幸せな気持ちになります。これからもお互いに思いやりをもって、支え合つてほしいですね」と、母親の裕子さん。



## 子どもクラブ

お化け屋敷で涼をお届け

塚越児童館

薄暗い一室…。装束をまとつたお化けたちが物陰から姿を現した瞬間、響き渡る「きゃー」という悲鳴。7月20日、塚越児童館で開かれた「夏祭り・おばけやしき」での一幕です。地域の皆さんと舞台裏を支えたのは小学4年から6年生までの子どもたち。6年生10人はお化け屋敷をプロデュースしました。ポスターづくりや会場設営など準備万端で臨んだ当日は、「思い切り驚かせよう!」「でも、小さい子には優しくね」と、いたずらお化けがおもてなし。暑い夏にひんやり楽しい思い出を残してくれました。

## 肥満と食欲

食事をすると脳は満腹を感じます。しかし、脂肪が増えると食欲のバランスが崩れ、いくらでも食べ続けてしまい、更に

## かるた DE ヘルスケア



蕨市立病院  
柴田 優子 医師

脂肪がため込まれます。脳は食事から約20分後に満腹を感じるため、早食いは肥満のもと。ゆっくり味わって食べることがたいせつです。また、ごちそうを食べた翌日は、満腹感を得にくくなり、つい食べ過ぎで、カロリーオーバーになりがちです。そうならないためにも、低カロリーにして量も減らした、粗食で脳を正常に戻しておきましょう。柴田医師の健康増進外来は木曜日午後。詳細は市立病院ホームページでご確認を





戦法は攻撃型の竹下さん

輝いています

日本棋院・院生

# ひと

たけした りょう や  
竹下 凌矢 さん

## 大好きな囲碁でプロの道へ

**19** ×19の格子が描かれた木盤で互いに配置した石の領域を競う囲碁。プロ棋士を目指して、この白と黒のせめぎ合いに挑むのは、塚越小学校4年生の竹下凌矢さん（9歳・塚越5丁目）です。父・永一さんの影響で本格的に囲碁を始めたのは小学2年生のとき。囲碁道場に入門すると、センスの良さ与人一倍の吸収力で瞬く間に上達。竹下さんの実力は半年足らずと異例の速さで初段の域に達し、現在は7段の腕まです。平日の一日4時間半の稽古に加えて、自宅や稽古場へ通う電車の中など、暇を見つけては、詰碁を解いたり、対局の手順を記した棋譜並べをし

たりと、囲碁漬けの毎日を送る竹下さん。稽古ではプロ棋士と一戦を交えることも多く、負けん気の強さから、対局に敗れると悔し涙を流すことも。それでも、「囲碁が大好きだから」と一心不乱に打ち込み、棋力に磨きをかけています。昨年12月に開催された「くらしき吉備真備杯こども棋聖戦」では、低学年の部で全国から勝ち上がった小学生90人が栄冠を争うなか、並み居る強豪を抑えて決勝に駒を進めます。相手は前回3位の実力者。中盤、勝負の行方を左右するつば競り合いの最中、攻め急いだ一手の隙を突かれ、惜しくも敗戦。自身初となる全国大会での準優勝を果たしましたが、「今まででいちばん悔しかった」と、唇をかみしめます。その悔しさを胸に竹下さんは次のステップへ。6月にはプロ棋士の登竜門・日本棋院（東京本院）の院生試験に合格。約60人の院生の中では最年少です。プロになれるのは年間数人のみと狭き門ですが、毎週末、志を同じくするライバルたちとのぎを削っています。「将来はプロ棋士になって世界で活躍したい」と意気込む竹下さん。目標に向かって今日も鋭い一手を放ちます。

紹介します！ 皆さんの市民活動

### メッセージ



みやざき なおこ 代表  
宮崎 直子

### 3つの器具から広がる 交流と健康づくりの輪

# キラリ!! みんなの力

～3B体操～

私たち「3B体操」は、日本3B体操協会の全国に239あるグループの一つで、現在、市内で約60人が在籍しています。3B体操は、ボール・ベル・ベルターという3つの器具を使って、音楽に合わせて体を動かす体操です。レクリエーションの要素を取り入れながら、体だけでなく心も動かせるように工夫されているため、赤ちゃんからお年寄りまで、どなたでも楽



(前列から)ベルター、ボール、ベルで健康づくり

このコラムでは、わらびネットワークステーション（☎45・7256）の市民活動登録団体を紹介しています。

しめるのも大きな特徴です。昭和55年に西公民館でスタートした私たちの活動は、少しずつ市内に広がり、各公民館をはじめ、まち全体で行われるようになりました。現在は、こうした会員どうしの健康づくりだけでなく、依頼により公共施設での講座に講師を派遣するなど、活動の幅を広げています。楽しく健康づくりに取り組む3B体操に興味のある人は、代表・宮崎（☎090・7810・7138）までご連絡ください。年齢や希望に合った活動をご紹介します。また、機まつりでも活動の成果を披露します（発表10日）ので、ぜひお立ち寄りください。