



これはなに?

『スノーボード』

「スノーボード」と聞いて「ああ、子供が雪山で乗って遊ぶ…」なんて思ったあなた、考え方が甘い! それは「スノーボード」でしょう。

一見サーフボードのようなこの板は、市内の某スポーツ店にありました。長さ約150センチ、幅は30センチほどです。スキーのように雪山で楽しむもので、専用のブーツ（スキー靴のようなもの）を履いて、両足をこの板に金具で固定します。ただし、板が2枚に分離していないのと、板に対して横向きに乗るのがスキーとの大きな相違点。長野オリンピックでの正式種目に認定されることが確実視されていて、この冬、若年層を中心に爆発的な人気を博しています。

夢中 熱中 青春ライフ!

アローズアローズ

(46)

不老の会

中国で生まれ、数千年ともいわれる長い歴史を持つ太極拳。価値あるものだからこそ現在まで受け継がれてきているのだと思います。今回は、その一種である「氣功太極道」を学んでいるサークル、「不老の会」の皆さんにお話を伺いました。

私たちは婦人会館での氣功太極道講習会をきっかけに、昨年七月に発足したサークルです。毎週木曜日に例会を開き、八段錦と呼ばれる型を練習しています。

氣功太極道は一般に「太極拳」と呼ばれているものです。こう言うとき、中には格闘技を連想する人もいるかも知れませんが、でも、太極拳には二つの種類があることをご存じでしょうか。

一つは、組み手をして相手と技量を競う「武術太極拳」。もう一つが「氣功太極道」です。氣功太極道は、ゆっくりとした呼吸法によって自らの「氣」（人が内面に持つ力）をコントロールし、体内のマッサージを行って生来の治療力を引き出すというものです。武術太極拳も「氣」を活用しているのですが、こちらは純粹にスポーツ。氣功太極道はスポーツと

いうよりむしろ健康法というべきものでしょう。

ゆっくりとした呼吸法を修練するのですからその動きは静かなものですし、短い練習時間でも十分な効果を上げられますから、だれにでも親しむことができます。皆さんも始めてみませんか。



静かに気持ちを落ち着かせて

大館の方言講座

動作・状態を表す言葉

- ◆ アグ…歩く
- ◆ アメル…飲食物などが腐って酸っぱくなること
- ◆ アバカガリスル…出しゃばる
- ◆ アワメグ…あわてる
- ◆ ウジャメグ…悪寒がする、ゾクゾクする
- ◆ エヒル…つむじを曲げる
- ◆ オガル…生える、成長する
- ◆ オキヤル・オツケアル…反る、転ぶ
- ◆ オドギヤル…①眠りから目覚める ②落雷する
- ◆ カジレル・カジエル…飢える、腹がへる

『大館市史』から

- ◇ 2月のテーマ関連図書コーナー 『雪』
 - ◇ 親子読みきかせ会
 - ◇ 中央図書館の休館日
 - 毎月第1金曜日 14時30分
 - 2月19日、23日
- ◇ 猫の事務所(宮沢賢治) ◇ こぶたのピクリン・ブランド(ピアトリクス・ポター) ◇ サークスのすいせい(たけのけいこ) ◇ とにり(いづみ) ◇ はだか(はだか) ◇ 森へ帰ったラッチャー(増田辰樹) ◇ スノーマン(レイモンド・ブリックス)ほか
- 自伝(新潮社)ほか
- ◇ 一般書
- 井明) ◇ かんがえる人(原田宗典) ◇ 北の山旅釣りと歩き(根深誠) ◇ 日本人論(南博) ◇ お初炎上(藤井隆子) ◇ サティとコクトー(オルネラ・ヴォルタ) ◇ 鹿の王(三田誠広) ◇ 渡辺直己全集全一卷(創樹社) ◇ ギュンター・グラス詩集(小沢書店) ◇ 白洲正子自伝(新潮社)ほか



『最後の江戸暦問屋』

寺井 美奈子 著 筑摩書房

中央図書館新着図書

私の本棚



明治五年十一月、新政府は太陰暦から太陽暦へ改暦し大波乱を巻き起こした。著者の曾祖父父母、暦問屋近江屋新八夫妻も混乱の渦に巻き込まれた。女から女へ四代にわたって語り継がれてきた町人の暮らしを描く。

◇ 寂聴日めくり(瀬戸内寂聴) ◇ 年金老人奮戦日記(山口瞳) ◇ 白狐(大野芳) ◇ 病気の値段(永井明) ◇ かんがえる人(原田宗典) ◇ 北の山旅釣りと歩き(根深誠) ◇ 日本人論(南博) ◇ お初炎上(藤井隆子) ◇ サティとコクトー(オルネラ・ヴォルタ) ◇ 鹿の王(三田誠広) ◇ 渡辺直己全集全一卷(創樹社) ◇ ギュンター・グラス詩集(小沢書店) ◇ 白洲正子自伝(新潮社)ほか