

夢中 熱中 青春ライフ! クローズアップ

37

花岡公民館 歩こう会

歩くことは、最も手軽にできる健康法の一つです。最近、健康のために街や野山を歩く人がたくさんみられるようになりました。今回は、花岡公民館の「歩こう会」の会長を務める鳥潟哲二さん(根井下)にお話を伺いました。



これなあに?

『酒 林』(さかばやし)

荒縄の芯に杉の枝葉を刺して、直径30センチくらいの球状にきれいに刈り込んだ物を、市内の酒造会社の軒先で見つけました。

酒林(酒箒、酒旗ともいう)といわれるもので、酒屋の看板として用いられ、江戸時代の末ごろまで広くみられた風習だそうです。

酒林が杉の枝葉で作られるのは、神酒を入れる瓶のことを「みわ」と言ったことや酒の神を祀る三輪神社(奈良県)が杉を神木とすることに由来しています。

これをつり下げていた酒造会社では、新酒ができたことを市民に知らせるため、毎年12月上旬に新しく作ったものを掛け替えるそうです。

私たちの会は、昭和五十五年にスタートし今年で十五年目を迎えました。会員は現在二十人ぐらいで、女性が多いんです。七十五歳の人もメンバーになっていきますよ。雨の日は休みますが、毎週日曜日の朝五時半から一時間くらいかけて五、六キロのコースを目標時間を設定して歩いていきます。「老化は足から」といわれますが、歩くことは老化防止に効果があるし、会員同士の親睦を図りながら楽しくやっています。早朝のすがすがしい空気の中で小鳥のさえずりを聴きながら歩いていると、さわやかな気分になりストレスもどこかへ吹き飛んでしまいますね。

コースはマンネリ化しないように神明社(本郷下)―根井神社―諏訪神社などを通る神社コース、十瀬野公園―小鳩ヶ沢―二井山を通る十瀬野コースなど八コースを設定しています。このほか毎年桜の咲くころ「歩き始め会」、雪の降る前ごろ「歩き納め会」を行っていて、岩神の一万本桜、きみまち坂、湯瀬溪谷、十和田の奥入瀬溪流などのコースも歩いたことがあります。



背筋を伸ばしてウォーキング

大館の方言講座

身体に関することば

- ◆ アクドーかかと
- ◆ ウシロコッペー 後頭部・うしろこうべ
- ◆ シベサガリー たれ目
- ◆ ゲホナジギー 突き出た額
- ◆ シネカラ すね
- ◆ マナグー 目
- ◆ ソトカマー がにまた
- ◆ ハナバシー 鼻
- ◆ ヒジャカブー ひざがしら
- ◆ マギメ・マギギリ・マググリー つむじ
- ◆ ミミタンポ・ミミタッポ 耳たぶ
- ◆ ヨロ・ヨロター 太もも

『大館市史』より

児童書

5月のテーマ関連図書コーナー
親子読みかかせ会
中央図書館の休館日
毎月第1金曜日 午後2時30分
5月15日、26日 『スポーツ』

1・2 (村上春樹) ◆市民のための自治体学入門(新藤宗幸) ◆ロマノフ家のオルゴール(中村嘉人) ◆蕨野行(村田喜代子) ◆チロル・パノラマ展望(H・C・ペランほか) ◆裸のインシュタイン(R・ハイフイルドほか) ほか
◆スズメが手にのった(高井和子) ◆海をわたるしかたち(本田哲也) ◆いたずらまじょ子のおぼけがいっぱい(藤真知子) ◆ゆうれいは魔術師(フライシユマン) ほか



私の本棚 『マタギ』

田口洋美 著 慶友社

茨城県東海村出身の著者が、阿仁町のマタギたちの村を訪ね、さまざまな人々と出会って行く過程を記録したノート。自然の摂理のなかで生きてきたマタギの心と暮らしをつづる。

一般書

◆懐かしい人たち(吉行淳之介) ◆天狗争乱(吉村昭) ◆月の塵(幸田文) ◆問課二葉亭四迷(西木正明) ◆ねじまき鳥クロニクル



中央図書館新着図書

