

西根太極拳サークル

メンバー数14人(28年12月31日現在)
 代表者：関山幸子さん=共新=
 指導者：岩根節子さん(県武術太極拳連盟)

- ◎サークル結成何年目ですか？
 平成4年に結成。2月で25年目を迎えます。
- ◎始めた(集まった)きっかけは？
 結成になる少し前に、旧西根町が主催した5回
 コースの太極拳講座がありました。講座が終了し
 た後でも、受講生同士で続けていければと話し合
 い、活動を開始しました。



◎太極拳の魅力は...？
 ゆったりとした動作で行うので、運動が苦手な
 人でもマイペースで無理なくできます。体の軸と
 頭のとっぺんから足の爪先までに意識を集中させ
 動作する全身運動が、柔軟性を養い、血の巡りを
 良くし、体調調整にも効果的です。足腰を鍛えな
 がら、頭の活性化にもなり、認知症の予防にもな
 ると言われています。

◎活動して感じている効果は...?(メンバーの声)
 風邪をひきにくくなりました。ストレス解消にな
 り、生活に張り合いが出て気持ちいいです。長年続
 けたことで人生史上一番体が柔らかくなりました。

◎活動日時・場所
 毎週月曜日、午後1時から3時まで
 大更コミュニティセンター内
 メンバー同士和やかに交流しています。初心者大
 歓迎です。いつでも気軽に見学・体験に来てくださ
 い。

ために自分は何か出来
 たようで、地域のた
 企業の人々が多かつ
 場者も昨年比べ、来
 いもありました。来
 来た大学生との出会
 連した企業を探しに
 り、地域づくりに関
 現場の人からお聞きした



他県の地域おこし協力隊員との交流もありました

10日に行われた地域創生
 イベントでは、私たちの
 ブースの周りに大手企業や
 大学などのブースがずらり
 と並んでいました。イベン
 トの中で、県沿岸の社会貢
 献活動からつながった、地
 域ブランド化の取り組みを
 現場の人からお聞きした

八幡平市では現在、3名の
 新規隊員を募集中です。本市
 で活動を希望するお知り合
 いなどいらっしやいましたら、
 ぜひご紹介ください。

12月10日と11日に東京へ
 出張し、八幡平市地域おこ
 し協力隊員募集説明会『8
 幡平だよ！全員集合』を行
 いました。



今月の担当
 松本 篤英 さん

地域おこし協力隊
 だよ
 Vol.32

トピック展が始まります

市の郷土芸能を紹介するトピック展

市博物館では、2月7日(火)よりトピック展『八幡
 平市 私たちの郷土芸能展』を開催いたします。
 県内には県内外から高い評価を得ている数多く
 の郷土芸能が伝承されており、当市にも様々な伝
 統芸能が数多く残っております。本トピック展で
 は、地域の芸能文化を見
 つめ直すきっかけとして、市の指定無形民俗文
 化財を中心に郷土芸能に
 ついて紹介します。



- 開催期間 2月7日(火)から3月31日(金)まで
- ◎ギャラリートーク(当館学芸員がトピック展を
 解説付きで案内します)
- 開催日 2月11日(祝・土)、3月11日(土)
- 開催時間 午後2時から2時20分まで

写仏講座を開催しました

市博物館では、11月
 27日、12月11日の2回
 にわたり写仏講座を開
 催しました。写仏とは
 『仏様』を描くことで、
 仏道を志す学僧たちの修行や勉強のために古くか
 ら行われてきました。参加者は、仏教の始まりや
 仏像の種類、色の意味などの講話を聞いた後、普
 段やり慣れない筆描に悪戦苦闘しながらも、心ゆ
 くまで写仏を楽しみました。



写仏に
 取り組
 む参
 加者

●寺田コミセンで特別展を開催します
 今年度開催した企画展『絵図で見る八幡平市の今昔』
 は好評につき、寺田コミュニティセンターで西根歴史
 民族資料館特別展として展示を行います。企画展に足
 を運べなかった人、改めて展示を鑑賞したい人など、
 この機会にお楽しみください。
 ■開催期間 1月25日(水)から3月15日(水)まで

読書マラソンお疲れさまでした

朗読を楽しむ会を開催します

市立図書館では、八幡平市朗読奉仕ほおずきの
 会の皆さんによる読み聞かせと江間章子賞受賞者
 による詩の朗読会を開催します。また読書マラソ
 ンの表彰式を同時開催します。

- 開催日時 2月5日(日)午後1時半から3時まで

みんなで楽しんだクリスマスお話し会

市立図書館では、12月4日『クリスマスお話し会』
 を開催しました。当日は会に先立ち、参加者でまつ
 ぼっくりを使ったクリスマスツリーを作成。細かい
 ビーズやモールを貼り
 付ける作業に手間取る場
 面もありましたが、みん
 なで楽しく完成させるこ
 とができました。その後、
 盛岡市のおはなしグルー



ツリー作りを
 楽しむ児童たち

プ「おはなしどんど
 こ」の皆さんによる
 お話し会が行われ、ク
 リスマス絵本『ぐり
 とぐらのおきやくさ
 ま』の読み聞かせで



親子や友達と一緒に話し会を
 楽しみました

は、ぐりとぐらにまつわるクイズをしたり、歌を歌
 ったりしました。また、手づくりのぐりとぐらの人
 形の登場に子どもたちは目を輝かせていました。
 お話し会の最後には、全員に小さなあみぐるみのマ
 スコットがプレゼントされ、一足早いクリスマス
 を楽しみました。

■ 新着図書などの紹介 ■

書名	著者名
ききりんご紀行	谷村 志穂
つくりおきイタリアン	大島 節子
闇の平蔵	逢坂 剛
よるのばけもの	住野 よる