



《20.4.25 第144号》

健民運動 かわら版



発行:石川県健民運動推進本部
金沢市鞍月1丁目1番地
県民文化局県民生活課内
TEL 076-225-1388
(URL)<http://www.pref.ishikawa.jp/seikatu/kouryu>
(E-mail)kenmin-i@pref.ishikawa.lg.jp

～毎月7日は「健康の日」です。歩くことから健康づくり、運動することを習慣にしましょう。～

鼓動

人と人をつなぐ 石川ボランティアネット

財団法人 石川県ユースホステル協会 理事 白江 亨

健康体力づくり活動の推進

- ・各事業の概要
太陽と緑に親しむ健民祭（体力づくり健民大会）
健康・体力づくり日常化運動
体力づくり運動推進事業

環境・文化活動の推進

- ・生活を花と緑で包む運動（花いっぱいコンクール）の概要
- ・野鳥に親しむ運動（ふるさとのツバメ総調査）の概要
- ・健民桜名所づくり運動（取り組み紹介）
こんなに美しく咲いています
- ・ふるさと文化再発見事業実施要領



エクササイズボールを使用している体力づくり

青少年健全育成活動の推進

- ・第11回子どもドリームフェスティバル事業実施要領
- ・石川県健民運動青少年ボランティア賞実施要領
- ・チェリッシュののびのび池をつくるぞ（取り組み紹介）
（長坂台小学校 子どもドリームチーム）



健民桜名所づくり運動
（津幡町緑が丘町内の桜）

第17回石川県民スポーツ・
レクリエーション祭に参加しましょう

県民ボランティアセンターだより

健民運動カレンダー

薫風 「ことば」

鼓 動



人と人をつなぐ - 石川ボランティアネット -

財団法人 石川県ユースホステル協会

理事 白江 亨

(財)石川県ユースホステル協会は、本年50周年を迎えることとなりました。半世紀という時の流れ、社会の移り変わりと共にユースホステルも変わってきています。入会窓口で一番顕著に感じることは、10人中6人の新規入会者は若者であり、海外旅行の為の入会だということです。ユースホステル運動は国際的運動で、中でもヨーロッパへ行かれる人が多いです。

昔はユースホステルに宿泊すると全国から旅の途中の若者達が集まっており、情報交換、交流の場所でした。そういった旅の情報の交換、人との交流というものを、現在とは別の形にならないかという発想から約3年前から少しずつ形になってきたのがボランティアポータルサイトです。

石川県ユースホステル協会では若者のボランティアスタッフが沢山活動しており、小・中学生を対象にホステリング(ユースホステルでは野外活動をホステリングという)キャンプ、野外体験学習といった行事を長く行ってきました。

長い間ボランティアで参加してもらえる若者を募集するのにどういう媒体が良いか模索してきましたが、金銭的問題もあり、色んな施設や人海戦術で広報をするしか手だてはありませんでした。多くの団体も同様の課題を抱えていると思います。そういった問題を解決出来るのが昨年9月26日に立ち上げたボランティアポータルサイト「石川ボランティアネット」です。

このサイトは活動団体の情報を無料で掲載することができ、ボランティアの団体の活動情報、ボランティアの募集、事業や活動の広報といった使い方が出来ます。ぜひ多くの県民に活用してもらい、人の輪を広げ活動団体の「共生」につながって欲しいと考えています。また、今まで関心の無かった人たちにも、興味を持ってもらい参加してほしいと考えています。このサイトが有効に活用されればニートの若者が減り、団塊世代の方たちには社会参画への再意欲、県民の健全精神の高まりにつながるものであると確信します。

この紙面をお読みいただいた方は、ぜひ当協会管理の「石川ボランティアネット」を検索してみてください。そして情報をお寄せください。



健康体力づくり活動の推進

暮らしのなかで常時体育に親しむ運動を展開し、明朗で体力と気力に富む人づくりを推進します。

第35回太陽と緑に親しむ健民祭（体力づくり県民大会）

太陽をいっぱい受け、緑豊かな自然の中で、誰でも自由に参加できる各種大会や行事を展開し、県民の健康と体力づくりに資することを目的に開催します。9月23日（火・祝）西部緑地公園陸上競技場で総合開会式を行い、県内各地で体力づくりの大会が実施されます。

健康・体力づくり日常化運動

- ・歩こう走ろう強調月間
5月1日～31日「歩こう走ろう強調月間」とし、歩こう走ろう運動の普及を図るため歩こう会精勤賞、走ろう会精勤賞を設けています。
- ・親子白山登山のつどい
大自然の中で親子の「絆」を深めるとともに、白山の動植物の生態の観察と登山に関する安全知識及びマナーを習得することを目的に実施します。

体力づくり運動推進事業

- ・健康・体力づくり出前講座
生涯を通して生きがいのある生活を送れるよう、健康・体力づくりができる知識や技能を身につけることで、健康・体力づくりの一層の推進を図ることを目的に実施します。
この事業は、実施団体の要請を受け、石川県健民運動推進本部が指導者を派遣し、実施団体が用意した会場で開催する健康・体力づくり出前講座です。開催費用は無料です。
- ・冬の健康体力づくり事業
冬の健康体力づくり運動として（財）石川県体育協会医王山スポーツセンターと医王山雪まつりを共催し、実施します。



環境・文化活動の推進

地球にやさしい住みよい生活環境をつくる運動を展開し、環境配慮型社会への移行を推進するとともに、地域の文化遺産や家族で培われてきた生活文化を継承発展させることを通じて、豊かで活力ある郷土づくりを推進します。

生活を花と緑で包む運動

・第44回花いっぱいコンクール

「花いっぱい運動」が全県くまなく広がることを願い、「花いっぱいコンクール」の花壇を募集する他、花いっぱいのつどいや生活を緑で包むキャンペーン、「花の里親」制度を実施します。

野鳥に親しむ運動

・第37回ふるさとのツバメ総調査

毎年5月の愛鳥週間（5月10日～16日）に生活環境を見つめ、自然を愛護する心を育むことを目的として県内の小学校6年生の協力を得て実施します。



健民桜名所づくり運動

健民運動発足30周年記念事業として、平成6年度から10万本以上の桜の植樹を目標とする運動を推進し、昨年度で運動発足以来からの累計は93,785本となり、来年度（21年度）で目標を達成する予定です。

取り組み紹介

こんなに美しく咲いています



津幡町の緑が丘町内に、平成13年頃100本のソメイヨシノを配付しました。当時区長であった浮田正樹さんは、地域の有志のみなさんと空き地に桜を植えて憩いの場にしようと笹の葉や草のツルをきれいに刈り取り、そこに桜の苗木を植えました。今でも年に2回草刈りをして、木々のお世話をなさっています。きれいに咲いた里山の風景は地域の人々の心を和ませてくれます。

健民クリーンキャンペーン推進事業

健民運動の全行事を通じて会場・競技場のゴミの持ち帰りや清掃に努め、クリーンな町づくりを目指します。



暮らしの中の省エネ・リサイクル推進事業

環境循環型社会を目指し、身近なところから省エネやエコライフを実践することの呼びかけを目的として、暮らしの中の省エネ・リサイクル推進講座を開催します。

絵本ホーム・ライブラリー運動

絵本をとおして、親子のふれあいの時間をもってもらおうという思いから、絵本ホーム・ライブラリー運動を展開します。



ふるさと文化再発見事業

地域に埋もれた伝統的行事や史跡、偉人、民話等の文化的・歴史的な地域資源を復活し伝承する事業に助成します。

平成20年度ふるさと文化再発見事業実施要領

1 事業の目的

地域団体等が、地域に埋もれた伝統的行事や史跡、偉人、民話等の文化的・歴史的な地域資源を復活し伝承する事業に助成することで、県民がふるさと文化の継承とふるさとに対する愛着、ふるさとへの誇りを育むことを目的とする。

2 助成の対象となる事業

- (1) 地域に埋もれた地域固有の伝統的行事（催事、芸能、風俗、風習、伝承遊び、祭り等）を復活し伝承（伝承者の育成、記録保存など）する事業
- (2) 地域に埋もれた地域固有の史跡や歴史上の人物に関することや民話、言伝え等を復活し伝承（調査研究した成果を伝える活動、伝承者の育成、記録保存など）する事業

3 事業実施に当たっての留意点

- (1) すでに復活した伝統的行事や調査済みの文化的・歴史的資源は除く。
- (2) 幼児や青少年等若年世代の参加をもって、伝承されるようにすること。
- (3) 調査研究した成果物（報告書等）を作成するだけの事業は除く。
- (4) 今後も継続的に行われること。（復活するだけの事業は除く）
- (5) 宗教活動に関係する伝統的催事は対象としないが、文化的・歴史的価値の極めて高いものについてはこの限りではない。

4 助成の対象となる経費

- (1) 報償費及び旅費（講師等の謝金及び旅費（交通費、宿泊費））
- (2) 需用費（原材料等の購入費、印刷製本費、消耗品費、修繕費等）
- (3) 役務費（通信運搬費、会場設営費、保険料、広告宣伝費等）
- (4) 使用料（機器、機材、会場等の借上げ経費）
- (5) 備品購入費（実質耐用2年以上のもので購入額が2万円以上のもの）

5 助成対象者

地域団体（公民館を利用する団体やサークル、町内会、婦人会、子ども会等）、NPO、ボランティア団体、又は地域住民（学生含む）が主体的に参加する実行委員会又はグループ。ただし、政治活動又は宗教活動を行うことを目的とする団体は除く。

6 助成額

1事業につき助成対象経費の2分の1以内の額で、上限は40万円とする。

- 7 提出期限(厳守のこと)
平成20年5月30日(金)
事業実施期間は、平成20年7月から平成21年3月までとする。
- 8 選考
選考委員会で応募案件を審査し、助成対象事業(対象経費を含む。)を決定する。
- 9 問い合わせ先
〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 石川県健民運動推進本部 担当：森
電話 076-225-1388 F A X 076-225-1389



青少年健全育成活動の推進

青少年の自発活動を促し、健全な仲間づくりを進め、地域社会で住みよい社会づくりに進んで参加する気運やボランティア精神豊かな、国際感覚を身につけた活力に富む青少年の育成を推進します。

青少年自立活動事業

- ・少年の主張大会の開催
未来を担う中学生が、日常生活の体験から学んだことを発表する機会として、地区大会及び県大会を開催します。
- ・「家庭の日」絵画・ポスター募集
家族や家庭の役割について考え、たたかい家庭づくりを目指して、子どもたちに「家庭の日」に関する絵画・ポスターを募集し、入賞作品を展示します。
- ・青少年育成アドバイザー養成、派遣等
(社)青少年育成国民会議が実施している青少年育成アドバイザーの通信教育受講料と集合研修の参加費及び交通費を助成します。



子ども会健民運動推進事業

子ども会が花づくりやクリーン活動などを通じて社会参加活動を実践するために行う安全教育や指導者講習会の助成をします。

「みんなのありがとう」

県内の小中学生から、「ありがとう」と思ったこと募集し、当本部のホームページやポスター等でみんなに知らせることで、青少年が「他人を思いやる大切さ」「良いことをする気持ちよさ」に少しでも気づき、「思いやり」や「優しさ」を持って他へ接することができる青少年の育成をめざします。

子どもドリームフェスティバル事業

自発的で創造性豊かな青少年の育成を目的として、子どもたちが地域の人と協同で夢を実現する「子どもドリームフェスティバル」を開催します。

第11回 子どもドリームフェスティバル事業実施要領

1 事業概要

子どもたち（幼児～中3）に、グループで実現したい「夢」を募集し、その夢を仲間や地域の人々と協力しながら子どもたちが主体となって実現する過程を通して、自分で考え、判断し、決定し、行動ができる青少年の育成を図る。

2 主 催 石川県 石川県健民運動推進本部

3 後 援 石川県教育委員会

4 事業内容

(1) 『みんなでやってみたい私たちの夢』の募集

対 象 者 県内在住の幼児～中学3年生までの児童、生徒でつくる子ども会・クラス・クラブ・部活動などのグループ（2人以上のグループであれば形態を問わない。幼児の場合は親子のグループでも可）

応募方法 官製ハガキやFAX、電子メール、当本部のホームページ等で、グループで実現してみたい夢を、簡単な説明を添えて応募する。県内国公立・私立の小中学校（特殊教育諸学校含む）へ、全児童・生徒分の募集チラシ、募集ポスターを配付予定。子どもの団体の世話をする大人が応募しても可。

応募条件 今年中に実現できるもの。石川県内でできるもの。

応募締切 平成20年5月23日（金）必着

選考委員等 関係団体代表により委員会を設置し、いくつかの「夢」を選考する。

選考時期 平成20年6月中

(2) ドリームサポーターの派遣

上記(1)により選考した「夢」の実現を支援するためのドリームサポーター実行委員会を事業ごとに組織し、「夢」実現のために必要なサポート計画を樹立するとともに、子どもたちの活動を実際にサポートし、子どもたちが主体となった夢の実現を図る。

派遣期間 平成20年7月～12月

サポーター 健民運動推進本部構成団体及び地域の団体等

(3) 子どもドリームフェスティバル（体験発表会）の開催

「夢」の実現で得られた感動を分かち合い、努力や協調の大切さを広く県民に伝えるため、子どもたちの自由な発表方法による、体験発表会を開催する。（1月18日県立音楽堂邦楽ホールを予定）

- ・夢募集：幼児から中学3年生までを対象にグループで実現したい「夢」を募集します。

青少年ボランティアセンター事業

- ・ 青少年ボランティアの登録、紹介等
市町、関係団体などを通じてボランティアグループの活動状況を調査し、結果を「いしかわの青少年ボランティアグループ名簿」にまとめ、学校や市町等に活用してもらえよう配付します。
- ・ 青少年ボランティア顕彰事業
地域において、自主的に他の模範となる優れた行為・活動を実現し、ひたむきに努力している青少年または青少年団体の功績を顕彰します。

石川県健民運動青少年ボランティア賞実施要領

- 1 趣 旨
地域において、自主的かつ積極的に他の模範となる優れた行為・活動を実践し、また、ひたむきに努力している青少年又は青少年団体の功績を顕彰することにより次代を担う心身ともにたくましい青少年の育成を促進する。
- 2 主 催
石川県健民運動推進本部
- 3 後 援
石川県 石川県教育委員会
- 4 対象者
30歳以下の青少年又は概ね30歳以下の青少年によって構成されている団体で、次の例に示すような活動に取り組み、他の模範となっている者又は団体とする。
 - ・ 福祉、教育、環境、国際交流などのボランティア、友人や家族に対する献身的行為、その他苦勞をいとわず地域や学校、職場において他の模範となる活動
 - ・ 地域における優れた仲間づくりや社会参加活動、又は防犯、防災、事故防止等での積極的、自発的活動
 - ・ 伝統事業の継承、新しい地域文化の創造等若者らしい感性にあふれた活動
- 5 候補者の推薦
市町健民運動推進本部長、公立及び私立学校長、石川県県民運動推進本部構成団体の長等（以下「団体の長」という）は、4の規定に該当する青少年又は団体を推薦するときは、別記様式による推薦書を石川県健民運動推進本部長に提出するものとする。
- 6 選考及び表彰
団体の長から推薦のあった候補者について、石川県健民運動推進本部は選考委員会を組織し、選考する。
選考結果は、当該青少年又は団体及び団体の長に通知し、表彰は年1回石川県健民運動推進本部長が定める日に表彰状を授与して行なう。
ただし、石川県健民運動推進本部長が必要があると認めるときは、随時に行なうことができる。
- 7 事 務
この表彰に関する事務は、石川県健民運動推進本部事務局において処理する。
- 8 その他
この要領に定めるものの他、必要な事項は別に定める。

取り組み紹介
第10回子どもドリームフェスティバル事業より

長坂台夢プロジェクト

チェリッシュののびのび池をつくるぞ

長坂台小学校 子どもドリームチーム



あるクラスで片足の亀を保護し、教室の水槽で飼っていました。亀の名前はチェリッシュと言います。

しかし水槽が狭いので、のびのびと育てられる場所を作る夢にチャレンジすることにしました。

ビオトープのアイデアづくりから始まりました。夢のチャレンジを続ける検討段階で、必要な新鮮な水が流せない。長坂用水を引き込むには遠すぎる。水道水や水のろ過はお金がかかる。

継続できるか分からないのに地面を掘るようなビオトープはお金の無駄使い。生き物のエサはどうする等の問題が出てきました。

何回も話し合いをした結果、長坂台小学校の周辺環境が似ている『戸室ため池』をモデルとする基本コンセプトを決め、戸室ため池に行き下調べたところ、泥の中にイトミミズ、ミズムシ、ユスリカなど捕食生物のエサになる小さな生き物がいることがわかり、戸室ため池から水や泥、植物等を現地から採取。使われていない観察池をビオトープ化すること。で対策しました。



初めは全校生徒からアイデアを募りドリームチームで描いた夢の姿(写真21)を元にサポートに観察池の製作図をお願いしました。

製作日は雨天で寒い中、大人たちと協力して頑張りました。

戸室ため池の泥をスコップですくい土嚢袋に詰めて運びました。(写真4,6)



取水ポンプでため池の水も運びました。(写真7)

生き物や植物を移植しました。(写真1)



植物ネームプレートや看板(写真16)を作り、のびのび池(写真19)は完成しました。

完成した季節が冬のため見た目が寂しい感じがします。でも、春になったら植物の種が空から飛んできて根付き、トンボが池に産卵し、戸室から採取してきた泥の中から生物が孵って、賑やかな自然池になることを楽しみに待っています。



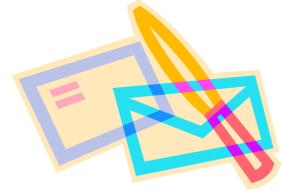
第17回石川県スポーツ・レクリエーション祭に参加しましょう！

5月開催の種目と開催市町・日程・会場一覧

	開催市町	大会名	主管団体	期日	曜	会場
1	金沢市	トリムバレーボール大会	県トリムバレーボール連盟	5/11	日	いしかわ総合スポーツセンター
2		ベタンク大会	県ベタンク協会	5/17	土	まめだ簡易グラウンド
3		バウンドテニス大会	県バウンドテニス協会	5/17	土	いしかわ総合スポーツセンター
4		年齢別テニス大会	県テニス協会	5/17 5/18	土 日	辰口丘陵公園テニスコート
5		グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	西部緑地公園テニスコート
6		3B体操石川のつどい	(社)日本3B体操協会石川県支部	5/18	日	金沢市勤労者プラザ体育館
7		ふれあいオリエンテーリング大会	県オリエンテーリング協会	5/18	日	奥卯辰山健民公園
8		パドルテニス大会	県パドルテニス協会	5/18	日	いしかわ総合スポーツセンターサブアリーナ
9		年齢別ソフトテニス大会	県ソフトテニス連盟	5/18	日	西部緑地公園テニスコート
10		パークゴルフ大会	県パークゴルフ協会連合会	5/24	土	奥卯辰山健民公園
11		楽しいリズムダンスの集い	県リズムダンス協会	5/24	土	金沢市勤労者プラザ体育館
12		ソフトバレーボール大会	県ソフトバレーボール連盟	5/24 5/25	土 日	金沢市市営森本市民体育館他
13		ファミリーサイクリング大会	県サイクリング協会	5/25	日	まめだ簡易グラウンド～松任海浜公園
14		ビリヤード大会	県ビリヤード協会	5/25	日	ビリヤードBBC 他
15	小松市	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	小松市木場湯中央園地
16	輪島市	スイミングフェスタ大会	県水泳協会	5/25	日	輪島市民温水プール
17	羽咋市	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	羽咋眉丈台地スポーツ広場
18	かほく市	インディアカ大会	県インディアカ協会	5/18	日	かほく市潮見台公園
19		グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	かほく市宇ノ気グラウンドゴルフ場
20	白山市	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	白山市松任海浜公園芝生広場
21		武術太極拳大会	県武術太極拳大会	5/25	日	白山郷体育館
22		マレットゴルフ交流大会	県マレットゴルフ協会	5/25	日	手取公園マレットゴルフコース
23	能美市	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	能美市寺井認定グラウンドゴルフ場
24	野々市町	エアロビック大会	県エアロビック連盟	5/25	日	野々市町スポーツセンター
25		トランポリン・シャトル大会	県トランポリン協会	5/25	日	野々市町民体育館
26	津幡町	年齢別バドミントン大会	県バドミントン協会	5/18	日	津幡町運動公園体育館
27		ふれあいカヌー大会	県カヌー協会	5/18	日	石川県津幡漕艇場
28	宝達志水町	ターゲット・バードゴルフ大会	県ターゲット・バードゴルフ協会	5/18	日	宝達志水町志雄運動公園野球場
29	中能登町	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	中能登町鳥屋古墳芝生広場
30	穴水町	グラウンド・ゴルフ大会	県グラウンド・ゴルフ協会	5/18	日	穴水町陸上競技場



県民ボランティアセンターだより



* 収集物 (4月分) *

<使用済み切手>

プロミス(株)七尾支店、石川県教職員互助会、医療対策課、金沢県税事務所、危機対策課、計量検定所、県民ふれあい公社、県民生活課、県東京事務所、厚生政策課

計 10 件

ご協力ありがとうございました。

ご提供いただきました使用済み切手、書き損じはがきにつきましては、さまざまな支援を必要としている人々に役立てていただいております。ぜひお寄せください。

ひとこと *

桜の季節もいつしか過ぎ、若葉の色があざやかに映える季節となってまいりました。

これからの季節、ボランティアや市民活動も活発になってくることと思います。みなさん、ケガのないよう十分に注意し、充実した活動を続けてくださいね。

<p>(財)石川県県民ボランティアセンター 〒920-0962 金沢市広坂2丁目1番1号 石川県広坂庁舎2号館2階 TEL076-223-9558 FAX076-223-9559 E-mail:e130500@pref.ishikawa.lg.jp</p>
--

5月の健民運動カレンダー



1日(木) ~ 31日(金)	歩こう走ろう強調月間
14日(水)	能登地区健康クラブ交歓大会
23日(金)	加賀地区健康クラブ交換大会
10日(土) ~ 16日(金)	ふるさとのツバメ総調査パネル展
10日(土) ~ 16日(金)	第37回ふるさとのツバメ総調査
下旬	健民運動ブロック会議 七尾・輪島・金沢・小松

【本部事業】

13日(火)	平成20年度健民運動表彰式・本部会
23日(金)	第11回子どもドリームフェスティバル募集締切
下旬	青少年ボランティアグループ調査

薫風

「ことば」

石川県子ども会連合会 会長 香村 幸作



昨今、ことばを巡っていろいろと取り沙汰されています。

ことばの意味や使われ方に適切な心遣いが行われていないことに起因するようです。

ことばは洋の東西を問わず、古来から神聖なものとされてきました。ヨーロッパでは「はじめに言(ことば)があった。言は神とともにあった。言は神であった。」(『新約聖書・ヨハネによる福音書』)が有名でしょう。

日本では「磯城島(しきしま)の大和の国は言霊(ことだま)の 助くる国ぞ まさき 幸くありこそ」(『万葉集十三』)があります。言霊とはことばの中に宿ると信じられた霊力のこと、あなたを助けてくれますようにと祈る歌と思っています。

中国では「甲骨文字」があります。これは直接のことばではありませんが、亀の甲や獣の骨を利用して占いをを行い、その結果を刻んだもので、今日の漢字のもとになったといわれ、天の意思の表れと考えられていました。

このようにことばや文字は、特別なものの意思の表現と考えられていたと思います。

そのことばや文字が、特別なものとしてではなく、人々のコミュニケーションの道具として使われるようになると、時代の進化とともにその意味するところや性格が変わってくることは必然の状況となりました。

近頃では、業界ことばや特別の時にしか使われなかったことば、新しい道具の発達によりこれまでと全く違ったことばが、突然、日常生活の中に入ってくるのが珍しくなくなってきました。同時に、ことばが軽くなったように感じられ、その消長も激しく、風情、品格と言ったようなものが薄れているように感じられます。

ことばの重み、といったものが意味をなさなくなっているのではないのでしょうか。

「ことばは身の文(あや)」と云うことわざは、ことばはその人の中味、品性や人柄を表し、ことばを身につけた環境や生活態度までもが表れると云うことでしょう。「ことば多きは品少なし」も多弁を戒め、ことば遣いにも注意をうながしたのでしょう。

「駟(し)も舌におよばず」(論語・顔淵)という語句があります。駟とは四頭立ての馬車で、いったん口から出たことばは駟でも追いつけない、取り返しのつかないことのたとえとして使われています。

教養素養のある人々の、失言の記事に、自らを省みなければと思っています。

毎月7日は「健康の日」です。
～歩くことから健康づくり、運動することを習慣にしましょう。～



毎月第3日曜日は「家庭の日」です
～ 家族とのふれあいを大切にしましょう ～