



《23. 1. 31 第177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
県民文化局県民交流課内
TEL 076-225-1365

ホームページ [健民運動](#) [検索](#)
(E-mail) kenmin-i@pref.ishikawa.lg.jp



<シクラメン>

～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～

鼓 動

子どもの体力向上を願って

(財)石川県レクリエーション協会

理事長 宮保 喜一

青少年健全育成活動の推進

- ◇第13回子どもドリームフェスティバル事業の取り組み紹介その3
- ◇青少年ボランティア賞表彰式開催
- ◇みんなのありがとうの作品紹介その1
- ◇第13回子どもドリームフェスティバル開催

環境・文化活動の推進

- ◇桜新聞発行

健民運動活動紹介・奨励コーナー

- ◇「くらしの本棚」発行に向けて

健民運動カレンダー

県民ボランティアセンターだより

薫 風

会員の健康・体力は10歳以上若い!

野々市椿健康クラブ 副会長 坂井 勇



1.12(水)健民運動青少年
ボランティア賞表彰式記念写真

鼓 動

子どもの体力向上を願って

(財)石川県レクリエーション協会

理事長 宮保 喜一

子どもの体力低下が止まりません。

今の子どもを取り巻く環境の変化として、一つ目には個食、孤食、欠食、インスタント・レトルト食品によるなどの食の偏りなどの変化。二つ目はメディアやテレビゲーム、インターネットによる睡眠不足や夜更かし。これ等に起因する生活の乱れがあげられます。子どもの食生活改善や生活環境の改善が保護者の責務であり、家庭教育を考えて行く必要があります。

また、子どもの遊びの変遷では、子どもが遊ぶ空間、時間、仲間の欠如が上げられ、外遊びや集団での遊びが減少してきており、室内遊びが増加してきました。こうした状況下で幼少期の遊び環境が、後々の運動能力に大きく影響している現実を直視して行く必要があります。



それは単にスポーツ嫌いだけでなく、運動能力が低いということは、健康な心と体のバランスが崩れ、強いては病気にたいする抵抗力もなく、正常な社会生活ができない重大な結果をもたらします。

こうした中で、文部科学省は子どもの体力低下と格差の拡大を是正するために行う事業として、保護者に体力の重要性を理解してもらい、外遊びの大切さに気づく啓発事業を「元気アップ！事業」と銘打って、(財)日本レクリエーション協会が受託し、本県協会でも平成18年度から実施し、現在も事業継続しています。



このほかに、平成16年度から、地域子ども教室事業として、県内では2会場で「あそびの城」事業を展開しています。

また、20年前から、グループで、あそび感覚で身体機能を高める「チャレンジ・ザ・ゲーム」の普及に努めています。

以上のように、子どもの体力向上のための各種事業を実施していますので、必要に応じて、ご参加いただければ幸いです。

詳細な内容等は、協会事務局までお問い合わせ下さい。

(事務局) 電話 076-247-6909 FAX 076-247-5909

メールアドレス info@ishirec.com

青少年健全育成活動の推進

◇第13回子どもドリームフェスティバル事業の取り組み紹介その3

「野々市町学童保育すがはらクラブ」の子どもたちの取り組み

野々市町学童保育すがはらクラブの子ども達は、「みんなでがんばってジャグリングを成功させたい」という夢を持ちました。そして、夏休みから金沢大学のジャグリングサークル「JMC」のお兄さん達に教わりながら、一生懸命練習を重ねてきました。その夢の実現として、12月に4つの班に分かれて、4カ所の老人福祉施設を訪問し、ジャグリングの技を発表しました。



12月26日には、約30人の子ども達が野々市町老人福祉センター椿荘を訪れて、ボール、リング、スティック、ハット、シガーボックス、ディアボロ（コマ）の技を、音楽に乗って次々に披露しました。子ども達の発表に、会場に集まったお年寄りからは大きな拍手とともに「百点満点」との声援が送られました。発表後は、みんなでカレーライスを食べ、交流を深めました。



「金沢市立伏見台小学校雪合戦クラブ」の子どもたちの取り組み



金沢市立伏見台小学校雪合戦クラブの子ども達は、「みんなで雪合戦の大会を開きたい！」という夢を持ちました。雪合戦というと、子どもの頃の雪遊びが思い浮かびますが、子ども達の夢は、国際ルールもある競技スポーツとしての雪合戦です。雪不足の場合も考慮し、体育館での開催を想定して夏から準備を進め、試合数や参加チーム



数をみんなで考え、用具を手作りし、公式ルール講習会や他校を招いての練習会を重ねてきました。そして、12月26日(日)、金沢市総合体育館において、12チームの参加のもと、「雪合戦チャンピオンシップ IN KANAZAWA」が開催されました。開会宣言から始まり、受付、放送、審判などの

大会の運営を子ども達が協力して行いました。各コートで熱戦が繰り広げられた結果、「伏見台スノードラゴン」が優勝し、大会は大成功に終わりました。

◇青少年ボランティア賞表彰式開催

1月12日(水)、県行政庁舎で標記表彰式が行われ、谷本正憲健民運動推進本部長(県知事)から6団体と2個人に賞状と楯が贈られました。知事は受賞者に、「ボランティア活動は絆や連帯感、暮らしやすさの原動力です。今後も地道な活動を続けてください。」と激励しました。



＜受賞者を励ます谷本本部長＞

表彰式後、受賞者たちは、自己紹介やボランティアをとおして学んだことなどについて知事との懇談を行いました。

以下、懇談の様子です。



写真：左から本田選考委員、中山選考委員、三国副本部長、谷本本部長、香村選考委員長、宮口選考委員、木谷選考委員



＜会場の様子＞

1 金沢市立朝日小学校児童会【団体賞】



写真：左から永井教諭と6年生全員

平成8年から校区の道路や公園のゴミひろいをみんなが気持ち良く使えるように続けています。地域の人たちの役に立てて、達成感があり、地域の人たちや先生にほめてもらえてうれしかったです。中学校に入学してもボランティアに取り組みたいです。

2 七尾市立有磯小学校児童会【団体賞】

自然豊かなふるさとを大切にしています。昭和48年9月の学校設立当初から、週1回、学校前のバス停の清掃活動を続けています。清掃をしてきれいになると地域の人たちが喜び、笑顔になると楽しくなります。



写真：左から森教諭と児童会代表の3人

3 能美市立辰口中学校生徒会【団体賞】



表彰式には、学力テスト実施日で生徒代表が出席できませんでした。顧問教諭が、生徒会の取り組みを『生徒たちは、「雛弁当」宅配ボランティアを实践してお年寄りから笑顔で「ありがとう」と声かけられてうれ

写真：顧問の本崎教諭

しい気持ちになりました。また、手取川清掃では、公共のマナーやルールの大切さを肌で感じたようです。」と、発表しました。

4 七尾市立朝日中学校文化部【団体賞】



写真：左から澤田学校長と文化部の代表2人

平成13年から、部活動の一環としてボランティア活動を続けています。徳田まつりや敬老福祉大会でのお手伝いは、緊張したり、戸惑ったりしましたが、最後までやり遂げた達成感はずばらしく、貴重な経験をすることができ、最後まで関わることの大切さを学びました。

5 石川県立七尾特別支援学校寄宿舎舎生会【団体賞】

「ボランティアを受けるばかりでなく、自分たちにできることをみんなで力を合わせて頑張ろう」をモットーに取り組んでいます。「きれいになると気持ちがいいね。」は、長年の合い言葉となっています。



写真：左から圓山指導員と代表生徒

6 金沢工業大学学友会学生地域活動推進委員会【団体賞】



写真：左から吉岡大学職員と学生代表の2人

平成16年から、白山市白峰・桑島地区の「雪だるままつり」に参加しています。当初、ほとんどの学生が初めて雪だるまを造るため戸惑いながらの作業でした。また、当日やその年の天候に左右されるため、苦労も多々ありますが、「ありがとう」や「お疲れさま」と声をかけられたときは喜びや達成感を感じました。

7 奥下 雅士(石川県立富来高等学校3年)【個人賞】

小学校6年生の3学期に、近所のおばあちゃんが足を引きずりながらゴミ出しをするのを見かけてから、おばあちゃんのゴミ出しを続けました。しばらくの間、家族も気付かない行為をメディアで取り上げられ、賞をいただきました。私は、自分の行いをボランティアと考えたことはありませんが、活動の輪が広がればうれしいです。



写真：左から松浦教諭と奥下さん



写真：酒井さん

8 酒井 学(津幡町青年団協議会)【個人賞】

小学生の高学年からボランティア活動を始め、今まで数多くの活動を実践してきました。そして、人と人とのふれあいの大切さを学び、仲間とともに協力して一つの物事を作りあげたり、相手の立場に立って物事を見たり、考えたりするのが難しい分、やり終えた後の達成感や出会った人の分だけの感謝や励ましをいただきました。

◇「みんなのありがとう」の作品紹介その1

青少年の健全な育成を願う活動の一環として、思いやりや、やさしい気持ちを育むことを目的に「ありがとう」を募集しましたところ2,736点の作品が届きました。

審査の結果、21点が選ばれました。その中から2点を今回紹介します。

また、入選作は当本部ホームページに掲載しています。

是非、心温まる作品をご覧ください。

きゅうしょくの人、まいにちいろんなきゅうしょくや、おいしいきゅうしょくをつくって、みんなのたべものをあらったり、みんながのこしたものをかたづけてくれてありがとう。

おいしいものがうれしいです。わたしとみんなはうれしいです。

きゅうしょくをつくと、みんながのこさないとうれしいですね。

だから、まいにちのこさないようにしたいです。

まいにち、いろんなたべものをほんとにありがとうございます。

金沢市立菊川町小学校 1年 北山 佳奈



おじいちゃんありがとう。

いつも、わたしが食べている野さいは、おじいちゃんがつくってくれている。

そして、いつも食べているお米も、おじいちゃんが大切に育てているお米。



おじいちゃんがいつもお米や、野さいを育ててくれている。

おじいちゃん、わたしと家族のために、いっしょけんめいはたらいてくれてありがとう。

おじいちゃん、わたしたちは、おじいちゃんがいるから、こうして食べていけるんです。

おじいちゃん、ありがとう。大好きです。

川北町立中島小学校 3年 岩田 葉月

◇第13回子どもドリームフェスティバル開催

1月16日（日）午後1時30分より県立音楽堂邦楽ホールにおいて上記フェスティバルが開催されました。

県内56件の応募の中から選ばれた6団体の子どもたちが、それぞれの夢の実現に取り組んだ成果を、約700人の観客の前で発表しました。

発表に先立ち健民運動推進本部長である谷本正憲県知事が挨拶し、夢の実現に向けて努力してほしいと激励したほか、実行委員や保護者の方々に対して感謝の言葉を述べました。



<挨拶を述べる谷本知事>

1 Dream: 僕たちのマーチングとオーケストラとの共演

(こぼと保育園マーチングバンド: 小松市)



<小松シティ・フィルハーモニックとの夢の共演>



<インタビューにもしっかり応えられました。>



2 能登麦屋節を大舞台で踊って、たくさんの人に知ってほしい

(七浦子供会: 輪島市)



<輪島市七浦地区に伝わる民謡「能登麦屋節」をたくさんの人に知ってほしいとの思いから精いっぱい発表しました。>

3 みんなで雪合戦の大会を開きたい！（金沢市立伏見台小学校雪合戦クラブ）



<活動の経過を大型スクリーンを使いながら実演を交えて発表しました。>



4 みんなでがんばってジャグリングを成功させたい

(野々市町学童保育すがはらクラブ)



<音楽に合わせて、ジャグリングの道具をうまくあやつり会場から大きな拍手をいただきました。>

5 ハンドベルを練習してクリスマスハンドベルコンサートを開きたい

(メロディー：小松市)



<一人ずつベルを持って音を鳴らし、みんなで協力して曲を作りあげました。>

6 野生のトキに逢えるよう活動したい (珠洲市立宝立小学校6年生)



<村本義雄さん（NPO法人日中朱鷺保護協会 名誉会長）を招いて学習会を行いました。>



環境・文化活動の推進

◇桜新聞発行

健民桜名所づくり運動

桜新聞

平成 22 年 12 月
No. 8

記念式典

平成 22 年 11 月 13 日 (土)、
アプリコットパーク(白山市)にて、
「健民桜名所づくり運動」10万本
植樹達成記念式典を挙りました。



石川県健民運動推進本部副部長
の関会の挨拶



副部長から「蝶屋っ子さくら探検
隊」(*1)の代表中井さんに、10
万本目の苗木贈呈



アプリコットパークに設置された
記念の石碑



蝶屋っ子さくら探検隊と蝶屋桜守
の会(*2)会員による植樹

- * 1 : 桜が開花してから散るまでを
観察・記録し発表する
(白山市立蝶屋小学校児童約 30 名)
- * 2 : 地域の桜の管理を支援するボ
ランティアの会(約 50 名)

講習会

日本花の会結城農場長で樹木医の
田中秀明氏による「桜保全管理講習
会」を実施しました。

白山会場(白山市)

場 所 : アプリコットパーク
開催日 : 平成 22 年 11 月 13 日



田中農場長による実技講習、熱心な
質問が飛び交っていました。



スライドを使った具体的な管理の
方法に聞き入る受講者

七尾会場(七尾市)

場 所 : 能登中島祭り会館
開催日 : 平成 22 年 11 月 14 日



苗木の植え方を学ぶ受講者

農場長より、「苗木は
接ぎ木のため、台木
(わかりやすく「へそ」と言っ
ている)の部分必ず土の上に出
して下さい。深く植えすぎ
ると、苗木は生き埋めになり
苦しみますよ。」と聞いた受講
者から、「へそ出しルックか!
ハ・ハ・ハ」といった笑い声
や、「朝、植えたけど、帰って
から植え直しやな。」といった
苦笑いの声も聞こえてきま
した。



デング果病について

デング果病はカビの一種が原因
の伝染病です。葉の裏面から病原菌
の胞子が空気中に飛んで、伝染増殖
します。デング果病に有効な薬剤は
ありませんので、病巣部を切除する
しかありません。

伝染しないように、病気
の部分はきらなくちゃ。



七尾市直津町会の病巣部切り落と
し作業風景

対処方法

- ・ 落葉期に枝を取り除く。
- ・ デング果病にかかった桜の周
りに桜を植えない。
- ・ ソメイヨシノを植えない。

特にソメイヨシノが病気になる
やすいため、ソメイヨシノの生産
を中止しています。(日本花の会)

田中農場長から

桜に関する2つの誤解

① 「枝は下から上へ伸びる」 ❌

樹木は横に大きくなるため、枝の位
置は 10 年たっても変わらず、太く
なるだけです。地面から 1.5m~2m
の枝は早いうちに剪定しましょう。

② 「桜切る馬鹿」 ❌

ことわざのイメージが強いですが、
本当は「桜の太い枝を切る馬鹿」で
す。枝が細いうちに剪定しましょう。
太い枝を切った時は、殺菌剤(トッ
プジン M ペースト)を塗ります。

8 月、お盆のころに、枝がぐ
っと太く生長します。保護材
が枝に食い込まないように
見回ってください。

発行
石川県健民運動推進本部
920-8580
石川県金沢市鞍月 1 丁目 1 番地
石川県庁県民交流課内
Tel 076-225-1365
✉ kenmins1@pref.ishikawa.jp
4 月の桜の写真を待っています。

出典 : 日本花の会

健民運動紹介・奨励コーナー

◇「くらしの本棚66号」発行に向けて

「くらしの本棚」では、お話にゆかりの物品等が現存する石川県の民話・伝承を紹介しています。

66号は「天狗さんの寺」をとりあげます。1月20日に金沢市寺町のすみれ保育園にて、金沢お話の会の和角道子さんに、「天狗さんの寺」のお話を語っていただきました。お話を聞き終わった年長児6名は、園からほど近い場所と聞いて、「お守りを見に行きたいね。」と言っていました。



＜すみれ保育園園児にお話しをする
金沢お話の会の和角道子さん＞

文学博士・小倉学氏（1912年～2003年）によると、昭和初期までに編集された石川県下8郡の郡誌と実地探訪にかかる若干を加えて、石川県に伝わる「天狗」に関するお話は54例あるとのこと。

天狗の仕業は、どこからともなく石が飛んでくる「天狗つぶて」、大きな木が倒れる「天狗倒し」、笛や太鼓の音が聞こえる「天狗ばやし」などのいたずらや、最も恐れられている「人さらい」、あるいは、人が粗末に扱った火を取って火事をおこすものなどに分類されています。

天狗には人間に恐怖や危害を加える所業があるとされる反面、人間を守るお話も伝わっています。（参考文献：『信仰と民俗』小倉学著 岩崎美術社）

当本部では、お話し会に先立ち、舞台となっている金沢市野町にある妙慶寺の天狗からもらった「火除けのお守り」を取材させていただきました。（下記参照）

毎年2月の初午（平成23年は2月8日）には、手作りの「火災除守」を安置し、「初午の火除けの祭り」を続けているそうです。

＜天狗さんの寺＞

こうよ

浄土宗妙慶寺の5代住職、向 誉上人（元禄16年（1703年）没）が魚市場を歩いていると、大勢の人たちが集まり、魚を盗むトンビを捕まえて騒いでいました。

住職は深く憐み、トンビを逃がしてあげました。その夜、夢に老僧が現れ、「私は昼間のトンビで、実は天狗である」と住職に告げました。

天狗は「永久にこの寺を守護しよう」と言い、八角の板の裏表に「大」「小」の文字を爪にて刻み、消えてしまいました。その後、寺に火事がないのは、天狗のこの「お守り」のおかげとのこと。「参考：『金澤古蹟志』、『加賀・能登の伝説』より」



* 1月18日取材

1月は月のため、大の面（写真左）が設置されている

本堂は、1683年に建築され現在にいたる。写真右は第22代住職内田明德氏

2月の健民運動カレンダー

(H23.1.21現在)

2 / 6 (日) 9:00～

平成22年度第4回石川県審判員(金沢地区)ゲートボール大会
会場:野々市町さわやかホール・ゲートボール場
主催:金沢市ゲートボール協会

2 / 26 (土) 13:00～

紙芝居をつくろうー世界に一つしかない!私の宝物ー
会場:西公民館(金沢市Tel.262-6716)
主催:石川県青少年育成アドバイザー協会・西公民館

2 / 27 (日) 13:30～

平成22年度たくましい石川っ子を育てる県民のつどい
会場:石川県地場産業振興センター(金沢市)
主催:石川県



<シャコバサボテン>

県民ボランティアセンターだより

収集物(1月分)

<使用済み切手>

管財課、男女共同参画課、医療対策課、交流政策課、観光推進課、
建築住宅課、小坂公民館 計 7 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。

お知らせ

災害ボランティア養成講座(能登地区)

災害時にボランティア活動を行うための心構えや対応について学びます

日 時	平成23年2月13日(日)9:30～16:20
開催場所	七尾市田鶴浜農村環境改善センター1階 (七尾市田鶴浜公民館)七尾市田鶴浜町ニ120
内 容	・災害避難所の疑似体験 ・能登半島地震で被災された方やボランティア団体代表者による 講演 など
参加費	無料〔定員100人〕 ※申込方法など、詳しくは下記までお問合せください。

(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 4階
tel:076-223-9558 fax:076-223-9559
e-mail:e130500a@pref.ishikawa.lg.jp

薫 風

会員の健康・体力能力は10歳以上若い！

野々市椿健康クラブ 副会長 坂井 勇

健康クラブの会員は、町で会った皆さんから「お若いネ～!!明るい笑顔がいきいきして見える。」とうれしい言葉をかけられる。何故だろうか？

椿健康クラブは、昭和58年8月会員34人で誕生しました。現在大正生まれ5人、昭和生まれ64人から成り、平均年齢74.6歳です。

毎週2回(水・土)、町体育施設で体操、歌、ゲーム、リズムダンス等に1時間半汗を流すほか、個人情報交換の場に有意義なひとときを楽しんでいます。

毎年秋には、いしかわ総合スポーツセンターにおいて、県健康クラブの発表会を「我がクラブここにあり」との気持ちで演技します。今年度は、難しい振り付けのウイ・アー・ザ・チャンプ('93サッカー日本代表オフィシャル応援歌)を猛練習して、当日の「取り」を演じ、皆様から盛大な拍手をもらい、頑張った成果と喜び合いました。

また、中高年フォークダンスの研修にも積極的に参加し、不参加の会員に教え、楽しい汗を流しています。

若く見える理由には、次のことが考えられる。

1つは、ユニホームにある。赤・青・黄各色のポロシャツにベージュに赤線入りパンツ、オレンジのベストとジャンパーである。この姿では町中を歩けないが、町の椿まつりのアトラクションでは、平均年齢74.6歳の乙女姿で野々市音頭などを踊りました。

その2は、「10歳以上若い」という町が実施している「中高年健康・体力能力調査」結果が会員の意識を有頂天にさせ、明るい笑顔を作らせている。

その3は、毎回、会場へは徒歩や自転車で参加していることと、その活動内容はそれぞれの身体に合った無理のない運動の成果であると考え。

そのほか、幾つかの理由があると思われるが、「あなたのバランス能力は良好です。これからも適度に身体を動かし健康に過ごしましょう。」という調査結果のコメントが、会員の満足した笑顔にもつながっています。

県健康クラブ交歓大会での「皆様はお若い!!笑顔といきいきした目、羨ましい!!嬉しいです。」というご来賓のお言葉からも喜びを得ました。

長寿社会、健康寿命を延ばすように努めましょう。



<H21.3.21 野々市町椿まつり
2009アトラクション参加会員>

野々市椿健康クラブの活動内容

- 1 活動日 毎週2回(水・土) 午前 9:30~11:00
- 2 場 所 ののいちスポーツセンター
- 3 活動内容
 - ①クラブの歌合唱
 - ②365歩マーチによるウォーキング
 - ③日本の歌2~3曲
 - ④会長ご指導のストレッチ体操
 - ⑤体操(ラジオ体操第1、みんなの体操、健民さわやか体操を順番に)
 - ⑥ゲーム(ゴムロンパレー、屋内ゲートボール、ペタンク、輪投げ、草球)
 - ⑦リズムダンス(県交歓大会普及育成研修のダンス、中高年フォークダンス研修等)

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 ～