

東洋医学のお灸を学ぶ

やまゆり大学でお灸教室



2月14日、シニア世代の皆さんがいっききと生活をするための学びや交流の場として開講されているやまゆり大学でお灸教室が行われました。講師は、下関はりきゅう・マッサージ治療院の新村孝雄



生涯学習 情報ステーション

広報せきかわ「お知らせ版」とあわせてご覧ください

◆お問い合わせは村民会館へ
☎ 64-2134

先生で、昨年に引き続き2回目の開催となりました。昨年は足編、今回は肩・首編として行われました。

お灸のやり方や効果の出るタイミングなどを勉強し、実際にお灸をすえようと参加した会員からは、「あつジンジンきた」、「ツーツとくるのがお灸を感じられて気持ちいい」、「肩が軽くなった気がする」などと、自然と感想を口にしていました。

参加した米野洋子さん（小見）は、「介護職の娘が、肩が痛いというので毎日風呂上りにシップを貼ってあげている。痛みが

取れなくて困っているの、今日勉強したツボにお灸をすえてあげようと思う」と話していました。

新村先生は、「自分で出来る体のケアはたくさんあるので、まずは自分でやって、それでもダメなら専門医を受診して欲しい。セルフケアをすることで、村の医療費削減にもつながる。寒い冬に近所の友達とお茶飲みした後、お互いにお灸をすえあい、血行を良くするのもいいですよ」と話していました。

来年度は、腰編での開催が予定されています。



図書室の窓から

村民会館図書室

春めいてきたとはいえ、まだまだ、寒い日が続きますね。4月から新生活が始まるという人も多いと思います。収納の本、料理の本、多数揃えております。お気軽に図書室へお越しください。

この本よんで!!

「おとのさま、スキーにいく」
中川 ひろたか/作 田中六太/絵



講評「おとのさま」シリーズの第5弾。今回は、おとのさまが初めてスキーに挑戦します。初めて見る雪景色に感動するおとのさまですが、肝心のスキーはなかなか上手いかず、転んでばかり。おとのさまはスキーを楽しむことができるのでしょうか。

今月の1冊

「デコ巻きずし」
師 巻子



第4弾となる『デコ巻きずし』。切った断面から絵柄が現れる、人気の巻きずし。お花や動物、和テイストのモチーフなど、全部で40絵柄の可愛くて美味しいレシピ入り。デコ巻きずしが初めての方にもわかりやすいプロセス写真で解説しています。元祖、萌え断!!



今月の図書館バス

にじ色と、「汽車」のメロディーが目印です。
高田～沢～女川 方面……………12(日)
大島～片貝～大石 方面……………4(土)19(日)

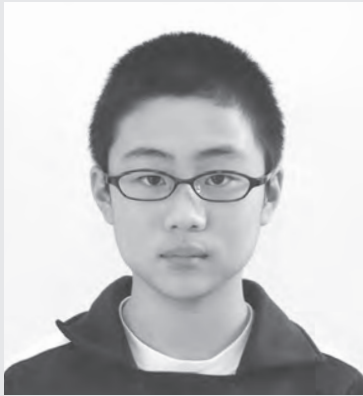
☆新潟県立図書館より、600冊の本を借受けました!!

- ① 児童書調べものセット……………100冊
- ② 児童書科学セット……………100冊
- ③ アウトドアセット……………100冊
- ④ インドアセット……………100冊
- ⑤ 体と心の健康セット……………100冊
- ⑥ いっきき終活セット……………100冊

★貸出期間は4月21日までです!この機会にぜひご利用ください★

3月は「おはなしの会」をお休みします。

毎週水曜日がお休みです。平日は、13時～17時30分まで、土・日・祝は、9時～17時まで開館しています。



須貝京祐さん

(関川中学校2年・大島)

このたび「関川中学校生徒会選挙」に立候補・当選した須貝京祐さんに話を聞きました。

一生徒会長に立候補したそうですが、きっかけは？

1年生の時は、生徒会の仕事にあまり関心がありませんでした。2年生になって、体育祭の競技種目実行委員をやることになりました。仕事をしているうちに協力していることが楽しく、成功させる喜びが実感できました。この時、もっと協力して楽しい学校にしたいと思い、立候補しました。

一生徒会長としてのこれからの目標は？

生徒全員が輝ける学校をつくりたいです。そのために、1人1役の体育祭、文化祭をもっと1人ひとりが輝けるものにしたいと考えています。またみんなの長所を伸ばせるような明るく楽しい学校にしたいです。

一今、夢中になっているものはありますか？

プロレスです。迫力に圧倒され、虜になりました。去年は3回プロレス観戦をしました。今年も3月20日にアオーレ長岡で行われる新日本プロレスのニュージャパンカップ決勝戦を観戦予定です。今からとても楽しみです。

一それでは将来の夢は？

まだ決まっていませんが、人の役に立てる仕事に就きたいと考えています。毎日の勉強を怠らず、今できることをしっかりと、なりたい職業が決まった時に、その仕事に就けるように頑張ります。

東北電力(株)村上営業所から LED街路灯の寄贈

このたび、東北電力(株)村上営業所から、LED街路灯20灯が寄贈されました。街路灯は、社会貢献活動の一環として、交通事故や犯罪のない明るい街づくりに協力しようと、昭和40年から同社が市町村に贈っているものです。
ありがとうございました。



▲平田大六村長に目録を手渡す東北電力(株)村上営業所の阿部雅和所長(写真右)

大会結果

*敬称略

村上市岩船郡中学校

1年生バレーボール大会

■期日 1月8日

■会場 朝日総合体育館

■成績 第2位 関川中学校

第10回白い森杯記念大会

小学生

バレーボール交流大会

■期日 1月14日

■会場 小国町民総合体育館

■成績

―チャレンジカップの部―

▽優勝 関川ジュニアバレー
ボールクラブ



▲優勝した関川ジュニアバレーボールクラブ

第29回

村民囲碁将棋大会

■期日 2月11日

■会場 村民会館休養室

■成績

―将棋の部(平手対局)―

【Aの部】

▽優勝 竹中勝男(村上市)

▽準優勝 伊藤昌義(村上市)

▽第3位 北澤武彦(新潟市)

【Bの部】

▽優勝 伊藤昭二(村上市)

▽準優勝 渡邊勝二郎(打上)

▽第3位 伊藤武雄(下関)

―囲碁の部(ハンディ対局)―

▽優勝 佐藤忠良

(朴坂・七段)

▽準優勝 大沼剛一

(上土沢・六段)

▽第3位 伊藤盛之助

(沼・二段)

第5回下越地区中学校

1年生バレーボール大会

■期日 2月18日

■会場 加治川中学校ほか

■成績 第3位 関川中学校