

21世紀高秋ビジョンの一つに、生涯現役社会の創出があります。生涯現役社会とは、65歳以上の方々が現役に社会に何らかの形で参画し元気に過ごしている社会のことを指します。市報たかはぎと社会福祉協議会機関紙の2紙で、本市の生涯現役を実践している方を紹介していきます。

# 生涯現役

いきいき元気



鈴木 由利子さん  
(大能)

“野菜・加工品づくりを通して広がる地域交流”

花買物産センターに野菜や手作りの赤飯、こんにやくを卸している鈴木由利子さん。「直売所に顔を出し、お客さんや会員の皆さんと話をするのが何よりの楽しみ」鈴木さんは、自宅の庭に加工所を設け、主婦業の傍ら野菜づくりや加工品づくりに励んでいます。中でも、手作りの生姜を乾燥させ粉末にさせたものが人気。直売所からの注文も沢山あるとのこと。また、若い人から刺激を受け新しいことに挑戦する鈴木さん。直売所で珍しい野菜を見て、自分も作ってみたいとの思いから新しい野菜作りを始めました。ビタミン大根もその1つです。「この大根は、すりおろすと緑でとても鮮やかな色をしています。彩の良い食卓は食欲も湧きますよね」今年も栽培する予定で、秋には花買物産センターに並ぶ予定です。「物産センターは、私達大能に住む人たちの交流の場にもなりますし、地域活性化にも繋がっています。これからも無理せず、楽しみながら野菜作りや加工品作りを続けていきたいですね」

## 就俘館だより

38

松岡小学校内の郷土資料室「松岡藩藩校就俘館」。このシリーズでは、松岡地区に関する歴史を紹介していきます。

### 幕末に吉田松陰が阿久津璞斎と共に赤水の墓に参る

赤水が七七歳の正月二日に、柴野栗山が小石川の水戸藩邸にある赤水の家を訪ねる。

赤水が八〇歳の時に、江戸から水戸の彰考館に下がり、大日本史地理志編纂に従事する。甥の長久保中行が四九歳で亡くなる。

この頃、立原甚太郎(後の画家杏所)一四歳が赤水の肖像を描く。木村謙賢。

赤水が八一歳の夏に、立原翠軒らの勧めにより赤浜に帰る。松月亭に起居する。

赤水が八三歳の五月八日に、松平頼救が赤水の墓碑文を撰し書く。

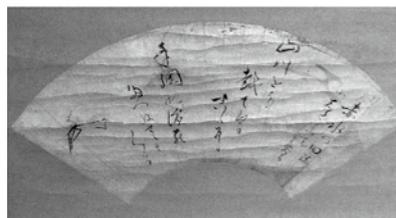
赤水は、享和元年(一八〇二)七月二三日に、八五歳で亡くなった。その四年後、五一歳の時に旅し、著わした「長崎行役日記」が刊行された。文化四年(一八〇七)赤水の妻の順が、八九歳で亡くなる。

その二年後の文化六年(一八〇九)には、水戸藩の第七代藩主、徳川治紀(武公)が巡査の途次、赤水遺家に休息する。

また、天保四年(一八三三)八月には、水戸藩の第九代藩主、徳川斉昭(烈公)が赤水遺家に休息する。和歌一首を扇面に記して子孫に与える。

さらに、嘉永五年(一八五二)正月二日、吉田松陰

が下手綱の阿久津璞斎宅を訪れ、一緒に赤水の墓を参った。明治四年(一九一)六月一日、長久保赤水に従四位を追贈される。



▲徳川斉昭(烈公)が子孫に与えた扇面の詩  
長久保和良氏所蔵(赤浜)

### 総合福祉センター2F 萩っ子つどいの広場からのお知らせ

萩っ子つどいの広場は、小さなお子さん(未就学児)をもつお父さん・お母さんと子どもが楽しく遊び、情報交換できる広場です。今月の赤ちゃん教室では歯みがきと食習慣の話を予定しています。

また、今月はフリーマーケットを開催します。興味のある方はどなたでも参加できますので、皆さんお気軽にお立ち寄りください。

【開館時間】9:00~16:00(3/17は15:00まで)

【持ち物】飲み物(水・お茶)、子どもの名札

※いつもでも無料でご利用になれます。スタッフ一同お待ちしております。

#### イベント案内

(自由参加です)

「たのしくあそぼう」毎週水曜日 10:30~11:00

3月の予定

- 3/5(水)レインボーおはなし会
- 3/12(水)フリーマーケット
- 3/19(水)赤ちゃん教室 歯みがきと食習慣
- 3/26(水)親子リトミック

4月の予定

- 詳しくは4月の市報に掲載します。
- 4/2(水)紙芝居・絵本読み聞かせ

(4/2,9,16,23,30)

【3月・4月の休み】3月21日(金)・29日(土)、4月29日(火)





# スポーツのお知らせ



問合せ：生涯学習課生涯学習・スポーツ振興グループ ☎23-1132

## ウエイトリフティング体験教室を開催中!!



運動能力を高めるために、ウエイトリフティングを利用したトレーニングが注目されています。通常の筋トレとは違い、全身運動で特に瞬発力・バランス能力を高めるのに良いとされています。

足を早くしたい! 体力をつけたい! という人におすすめです。現在、クラブ活動や習い事をされていても構いません。ぜひご参加ください。15名の小・中学生が活動しています。

### 【ウエイトリフティング教室】

**活動日:** 毎週水・金曜日 午後6時～8時 / **活動場所:** 市民体育館武道場・トレーニング室 / **講師:** 福田太公 (日本ウエイトリフティング協会 競技副委員長) / **対象者:** 小学生(3年生以上)、中学生の男女でトレーニングを行う上で健康上の問題のない児童・生徒、トレーニングに興味がある児童・生徒 / **内容:** ①ストレッチ・準備体操 ②マット運動・トランポリンなど ③ウエイトリフティング練習(フォーム習得練習) ※小学生は重いバーベルは持たずに、フォーム習得・マット運動などで運動能力を高めるための内容です。

### 【新規参加者保護者説明会】

**期日:** 3月21日(金・祝)午前10時開始  
**場所:** 市民体育館

### 【募集】スポーツ安全保険の加入者

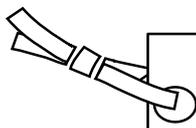
スポーツ安全保険は、スポーツ・文化・ボランティア活動など5名以上の団体を対象とした保険です。

**対象となる事故:** 団体での活動中・団体活動への往復中 / **保険期間:** 平成26年4月1日から平成27年3月31日まで(1年間) / **掛金(年額):** ■中学生以下

の子ども・高校生以上の文化活動等…800円 ■65歳以上のスポーツ活動…1,000円 ■高校生以上のスポーツ活動…1,850円

\*その他加入区分により異なります。

**申込方法:** 生涯学習課・市民体育館に備え付けの加入依頼書で直接申し込みください。



## 図書館だより

電話: 23-7174

開館時間: 平日 9時30分～17時50分  
土日祝 9時30分～17時

アドレス: <http://www.jsdi.or.jp/~taka-lib/>



### 図書館カレンダー ●は休館日

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
						1				1	2	3	4	5		
		2	3	4	5	6	7	8	4	6	7	8	9	10	11	12
3		9	10	11	12	13	14	15		13	14	15	16	17	18	19
月		16	17	18	19	20	21	22	月	20	21	22	23	24	25	26
		23	24	25	26	27	28	29		27	28	29	30			
		30	31													

## 今月のおすすめ

### ★お家で簡単セルフケア♪美容の本★

『誰でも可愛くなれるヘアのコツ』  
世界文化社/2013

『美しい手になる  
ハンド&ネイルケア』  
木村安気子・監修/世界文化社/2013

『美顔革命』  
峰順子・著/ブルーロータス  
パブリッシング/2013

『若返る!小顔になる!  
「顔たるみ」とり』  
竹井仁・著/講談社/2013

『メンズスキンケア』  
友利新・著/文化学園文化出版局/2013

### 子ども映画会

3月8日(土) 14時30分～  
アリババと四十にんの盗賊、  
おしゃれなクジャク、かえるの冒険

### おりがみ教室

3月15日(土) 14時30分～  
いちご、めだか、おっとせい、パッチリカメラ

### おはなし会

3月22日(土) 14時30分～  
絵本: てんぐのかくれみの  
紙しばい: アゲハチョウのたんじょう  
パネルシアター: おばあちゃんの長いあみもの

### 図書館ボランティア募集

図書館では、資料配架、資料整理、特技を生かしたもの(折紙教室、映画会、おはなし会などのイベント)などのボランティアを募集しています。詳細は図書館にお問い合わせください。