

NP O法人まほろばクラブ南国の理事長とスポーツセンターの施設長をしています。まほろばクラブは現在44サークル、会員は約1100名くらいで、どんな人でも入りやすいクラブを心がけ、行政と協力した地域づくり、まちづくりを目指しています。会員の内訳は中学生以下が400名、60



健康寿命を 延ばす運動を

武市 光徳さん
(十市)

にこにこライフ

198



歳以上が400名、間の世代が300名となっています。この間の世代が一番運動をしないといけないところで、この世代の運動する人を増やすため、今年からデイスコのサークルを新たに作り出した。今後、団塊の世代が介護を受けやすい体づくりをし、健康寿命を延ばすようにしたいです。健康寿命が延びると介護や医療費が抑制され、インフラ整備や子どもの教育のためのお金が充実するのではと考えています。

今の仕事のやりがいはいは人の笑顔がたくさん見られることです。また以前、参加した子どもが成長して手伝いにくてくれることです。最近では「こどもテニス」のサークルを医学部学生が手伝ってくれ、その関係で医学部を目指す子どもが出てきました。

目標はオリンピック・パラリンピックをきっかけとして皆さんに運動の習慣をもってもらい楽しんでもらうことです。また、障がいのある無に問わず利用できる施設はなかなかないので、スポーツセンターでできるようにしたいです。

まほろばクラブでは会員もボランティアも地域への出張教室もいつでも募集していますので、気軽にお声掛け下さい！

まほろばクラブの活動などたくさん話していただきました。健康のために運動が大事ということを再認識させてもらいました。

市民からのお便り

(親子クイズ)久しぶりに頭を使いました。遠い学生時代を思い出します。

親子クイズ 539

Q ～最初に踏んだのは何でしょうか？～

ある日、私は自分のクルマでドライブをしていました。すると、そこに買い物袋を持って歩いていたおばあさんがつまずき、トマト、きゅうり、玉ねぎ、ゴボウが買い物袋から出て地面に転がり落ちました。私が最初に踏んだのは何でしょうか？

【第538回解答】

34cm³

【第538回当選者】

西村 梨愛	(大埴甲)
傍士 麻子	(大埴甲)
山本 ちさと	(緑ヶ丘)
山岡 隆志	(里改田)
足利 多美	(岡豊町)

★応募総数/78通

★正解率/87%

親子クイズは、広報委員が毎月順番に考えています。

■応募締切/4月10日(月)必着
■あて先/〒783-8501
南国市大埴甲2301
南国市企画課「親子クイズ係」
*はがきで応募
■賞品/正解者の中から抽選で、5名に図書カード(1,000円)を贈呈

なんこく歴史散歩

第51回

今年は大政奉還150年であることから、高知県では幕末維新博が開催しました。土佐勤王党四天王の坂本龍馬・中岡慎太郎・武市半平太・吉村虎太郎のうち、坂本・中岡の両人は南国市に深い縁があります。しかも、ともに慶応3(1867)年11月15日刺客に倒れたという不思議な運命をたどりまし。坂本龍馬の祖先が才谷に居住していたことは第35回で取り上げたので、今回は中岡慎太郎の祖先についてお話しします。

中岡慎太郎ゆかりの地



坂本公園内にある石碑(犬崎)

も学びました。文久元(1861)年に土佐勤王党に加盟し、脱藩後は龍馬と共に薩長連合の推進役となります。龍馬の祖先も才谷の出であることから、もしかしたら二人は祖先のふるさとの話題で意気投合したかもしれません。

慶応3(1867)年4月龍馬と共に脱藩の罪を許され、後藤象二郎らの起案により陸援隊が組織され慎太郎はその隊長に任命されました。その年の11月15日に龍馬と共に京都近江屋で襲われ、二日後に30歳という若さで命を落としましたが、その志は多くの人に受け継がれました。



■問い合わせ
生涯学習課文化財係
880・6569

ふれあい つながって 73 人権学習シリーズ

文字と言葉の伝わり方

ですが、どの言葉が尊敬語だったかなとか、一文に尊敬語と丁寧語と謙譲語が入り混じった文になったりしないかなど、言葉の使い方を間違わないか心配してしまっています。一方、友人や家族とのメールでは短い文でのやり取りが多く、結果として少ない文字数では言葉の微妙な言い回しの部分は伝えていることができず、無用な誤解を招いてしまうこともあります。

最近ではメールだけでなく、SNS(ソーシャル・ネットワーク・サービス)の普及により、人は自分の思いを様々な方法で不特定多数の人にまで伝えることができるようになりました。しかし、文字にいくら写真などを添えても相手に伝えきれないものがあることを知った上で、文字と言葉を使い分けたいものです。

*このシリーズはあなたとあなたの周りにいる人の間に温かなつながりが生まれることを願い、人権について考えるきっかけになることを目的としています。

■問い合わせ
人権啓発広報委員会
880・6569

(親子クイズ)春から高専に通う息子と一緒に解きました。私は分数を使って解きましたが息子は比率を使って解いてました。アプローチの仕方がまったく違うので自からウロウロでした。