

スローライフだより 79

~Think globally, act locally~

第79号
特定非営利活動法人
スローライフ宮崎

〒880-2114 宮崎市大字富吉793番地1

TEL/FAX 0985-62-4233

<http://www.slow-life.or.jp>



6月5日(水)
生目小5年生
学習田の田植えを晴天の中
行いました！！



行事報告

5月

- 15日 生目の杜運動公園円形プロムナード花壇・鉢 植栽（松葉ボタン）
- 16日 監査会（令和5年度分決算書 事業報告書）
- 21日 生目の杜運動公園南ゲート（柏原）出入り口花壇
- 22日 令和6年度 第1回役員会
- 29日 生目小学校田植え前授業
- 29日 スローライフ宮崎第21回通常総会

6月

- 5日 生目小学校5年生学習田田植え
- 19日 めがね供養祭第1回実行委員会



第21回 スローライフ宮崎通常総会



5月29日（水）に下富吉公民館において、第21回通常総会が行われました。出席者38名（うち委任状出席者6名）でした。議長に橋口道正氏を選出し議事を進行しました。これまでの4年間は書面議決での総会でしたが、5年ぶりに対面の総会を開催することができました。会員の皆さまのご意見を直接お聞きすることができ有意義な総会となりました。ありがとうございました。

- 第1号議案 令和5年度事業報告・収支決算書・貸借対照表・財産目録の承認について
- 第2号議案 令和6年度入会金・年会費承認について
- 第3号議案 令和6年度事業計画書（案）及び収支予算書（案）について
- 第4号議案 役員（監査員1名退任に伴う）選任について



令和6年度役員

理事長 長谷川五一
副理事長 横山 森雄
// 谷口 直
理事 森 武美
// 井上 安信

理事 谷口 章次
// 木下 和代
監事 内田 稔也
// 田尻 洋紀（新任）

以上の通り理事長1名・副理事長2名・理事4名・監事2名で、令和6年度（2期目）を運営していきます。
どうぞよろしくお願いいたします。

私の健康法



生目さんさんクラブ連合会
NPO法人スローライフ宮崎監事
田尻 洋紀

私の健康の基本は、“朝の見守り活動”です。定時に起きて、ユニフォームに着替え、400メートル速足で歩いて交差点に立ち、小学生の登校を見守っています。

平成21～22年度自治会長をしていた時、ながいきクラブの人達が見守りをやめる事態となり、再結成を呼びかけました。自治会長を卒業した23年の4月から“見守り隊”のメンバーとなり、現在に至っています。

健康に良いのは、

1. 毎日“行かねばならぬ”という義務感
2. 歩いたり、交差点で小走りするなどの運動
3. 笑顔と大きな声でのあいさつ など



小学生や中学生は孫とも思い、高校生にはちゃんと勉強して立派な社会人になれよ、との思いを込めて目を見て明るい声かけをします。大人の人には、今日も頑張って仕事してください、私たちの年金はあなた方が頼りですのでよろしく、と声かけしています。

先日小学1年生のS君が、右の肘を出して“さっきころんだ、痛かった！”と言ったので、“そら痛かったね、泣かんかった？”と言ったら“うん”と答えたので“偉かったね”とほめました。この子は近くの子で、4月の登校はじめの頃、下校時の見守りで家の近くまで何日か送って行った子です。その後毎朝一人で来るので、特別声をかけています。

上小松の小学3年生のH君は、毎朝仲間と走って来ますが、ある日一人の時“今日は僕の誕生日！”と言うので、“ハッピーバースデー ツーユー ハッピーバースデー ツーユー ハッピーバースデーディア H君・・・”と歌ったら照れていました。

同じ見守り仲間のNさんは、一番遅れて登校する当時小学1年生だったM君を、小学校まで送っていました。その子も5年生の時、Nさんの孫と同級生となり、今はよく私達に笑顔で挨拶して仲間と登校しています。

先月近くの長助で見守り仲間と飲んでいたら、料理を運んで来た女の子が“見守りのおじちゃんじゃがね”と言うので、“どこの子か？”と聞いたら、近くのクラブ仲間の孫の大学生でした。

余談ですが、公民館で「健幸運動教室」に参加し、「尿失禁予防運動」をやっていた時のこと、誰かがおならを出してしまい、年寄達は聞こえなかったり、聞こえないふりをしていましたが、若い耳の良い先生は“くくく・・・”と笑いをこらえていました。健康のためには出していいですね。

なお、今年から「カロリーング」を始めました。氷の上でやる「カーリング」を体育館の中でやるような競技です。膝を床につけ、2キロのジェットローラを11メートル先のポイントゾーンを狙って転がします。1チーム2～3人で相手チームと交互に転がし、終わった時点で、点数の多いゾーンに残ったチームの勝ちになります。ローラはよく転ぶので、転がす力加減が難しく、攻撃や防御のチームプレーが要求されます。因みに、会長は生目地域センターの長友さん、顧問に県議の脇谷さんがいて、私がメンバーに参加した最初の市の大会は優勝、先月の県大会は3位でした。私は皆の足を引っ張らないよう必死にプレーしただけでした。





生目小学校5年生 学習田 田植え事業



田植え前授業「5月29日」

5月29日に田植え前授業を行いました。お米が育つには水・温度・光が必要であることや、苗の植え方などを5年生の生徒さんにお話ししました。実際どのように植えていくのか苗を手にとって田植えのシュミレーションをしました。



田植え「6月5日」

6月5日に田植えを行いました。始めに田植え機での苗植えを見てもらいそれから手植えを行いました。生徒さんの手際がよく、1時間近くで苗を植えていくことができました。田んぼに歓声が響いていました。



生目の杜運動公園円形フロムナード



円形花壇に今回は松葉ボタンを植栽いたしました。
最近の夏の暑さは厳しく花が枯れないように細心の注意を払っています。また、雑草の勢いもよく定期的に雑草を取っています。
来場者の方々に喜んでいただけるような花壇になるように花壇管理従事者の方々には暑い中でも頑張って頂いています。
また、南駐車場南ゲート出入口の市道側の花壇にも松葉ボタンを植栽しました。こちらも定期的に雑草を取ったりして管理しています。

8月～10月の予定

10月10日	めがね供養祭
10月 中旬	生目小学校学習田稲刈り
10月27日	生目の杜運動公園周辺ボランティア清掃

委託業務関係

8月～10月		
毎月第1火曜日	駐車場料金徴収員会議	スローライフ事務所
毎月第3火曜日	花壇管理者会議	スローライフ事務所
※ 駐 車 場	土、日、祝日、キャンプ期間中	駐車場料金収納・送迎車両受付 (10:00～18:00)
※ 花 壇 管 理	随 時	

お便り大募集！ 80号(10月発行予定)、81号(1月発行予定)

スローライフ宮崎では、皆さんからのお便りや、こんな企画があったらいいなという声を募集しています。
また、写真(返却いたします)も大歓迎！！お葉書やFAXをお待ちしています。

(TEL/FAX 0985-62-4233)



編集後記



梅雨前線がようやく北上し、太平洋高気圧が西の方へはり出してきました。おそらく今日7月16日か明日くらいにまでに気象台から梅雨明けが発表されると思われます。これからは熱さに身体を徐々に慣らし、熱中症にならないようくれぐれもご注意ください。

今回のコラム欄は生目地区さんさんクラブ前会長田尻さんをお願いしました。「私の健康法」という題目で力むことなくサラリとおもしろく書いていただきました。その中で今年からカラーリングを始めたことが書かれています。氷上で競技するカラーリングに似たスポーツであることは知っていたのですが詳しくは知りません。最初に調べたインターネットの資料ではカラーリングに使うストーンのことを、カラーリングでは「ジェットローラー」と呼ぶと書かれていました。田尻さんの表現は、「ジェットローラ」。どちらの呼び方が正しいのか……。日本カラーリング協会に電話してお聞きしました。それによりますと協会発足当時は「ジェットローラー」、今は「ジェットローラ」に統一されているそうです。田尻さんの表現が正解です。インターネットの中に書かれている資料の内容が全て正しいわけではありません。言葉は大事です。みなさんもご注意ください！
(7月16日・長谷川)