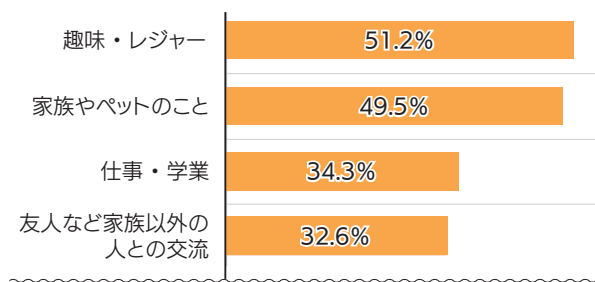




特集

人生を彩る生きがい

関教育委員会生涯学習係 ☎ 0943-32-0096



生きがいを感じる瞬間

グラフは（一社）中央調査社「生きがいに関する世論調査」より作成

あなたの「生きがい」は何ですか？ 子育てや仕事、勉強など、生きがいを感じる瞬間は人それぞれです。

（一社）中央調査社が行った調査によると、20歳以上の男女2000人のうち、「生きがいをもっている」と答えた人は全体の76パーセント。そのうち、「趣味・レジャー」に生きがいを感じていると答えた人は、51・2パーセントにのびりました。

今回の特集では、趣味をもつことの大切さや、町内で活動するサークルの一部をご紹介します。

趣味をもつメリット

● ストレス解消になる

日常生活から離れ、趣味に没頭することで、イライラや不安を忘れさせてくれます。

● 人間関係が広がる

社会人になると交友関係がせまくなりがちですが、趣味をもつと、あらゆる人と交流する機会が増えます。同じ趣味をもつ人であれば、話も合い、すぐに意気投合できるかもしれません。

● 規則正しい生活を送れる

「仕事は何時まで」「朝は何時に起きる」など、趣味の時間をとるためにスケジュールを管理することで、時間を有効に使うことができます。仕事と趣味の時間を分けると自然と生活にメリハリもつため、趣味が待っていると思うと、仕事も頑張れるのではないのでしょうか。

● 話題が豊富になる

趣味をもつとさまざまな情報を得て、人との交流も深まるため、話題が豊富になります。趣味を通じて仲間と話が盛り上がることはもちろん、趣味をもたない人に刺激を与える存在にもなるでしょう。



自分に合った趣味を探す

「趣味をもちたいけど、何が自分に合っているかわからない」。そんな悩みを抱える人も多いのではないだろうか。今、社会には趣味と知り得るものが数え切れないほどあります。その中で自分に合ったものを見つけることは、なかなか難しく、気が遠くなるものです。

しかし、探そうと行動を起こせば、必ず自分に合った趣味は見つかります。頭の中で考えずに「おもしろそう」「やってみたい」と思ったことは、どんどんやってみましょう。そうするうちに、だんだんと自分に合った趣味の方向性がわかり、見つけやすくなります。

食えることが好きな人が食べ歩きにはまるように、好きなことを繰り返すうちに、自然と趣味になっていくということもあります。「自由な時間を楽しむ活動」を「趣味」と置き換えれば、皆さんもすでに趣味をもっているかもしれません。焦らずゆっくり、自分に合った趣味を探しましょう。

広川町のサークル

現在、町内には約70のサークルがあります。スポーツや体操、園芸、小物作りなど、内容はさまざまです。

4〜7ページでは、そのうちバスケットボール、絵手紙、和太鼓、生け花の4つのサークルを紹介しています。各サークルの代表に設立のきっかけや、サークルの魅力など、お話を伺いました。

気になるサークルがある場合は、各サークルまたは生涯学習係へご連絡ください。

趣味で人生を豊かなものに

趣味は必ずもたなければいけないわけではありません。しかし、趣味が「生きがい」を見つかるきっかけとなり、人生を充実したものに変えてくれます。好きなことに夢中になる時間は、モチベーションを維持するために欠かせないことです。人生を豊かなものにするためにも「生きがい」につながる趣味を見つけてみましょう。

(参考文献：WORK PORT plus)



BasketBall



下広川ブレッツ MBC
代表 才田正臣



Q. サークルをつくろうと思ったきっかけは何ですか？

A. 自分の子どもに、スポーツをすることの楽しさや体を動かすことの喜びを感じてほしいと思ったのがきっかけです。当時、町内にバスケットボールクラブがなかったため、中広川小学校の体育館を拠点に、サークルをつくりました。その後、より多くの子どもたちにスポーツを楽しんでほしいと思い、下広川、上広川にもつくりました。

昨年度、八女地区優勝を果たしました！
今年度は県大会出場を目指して日々練習に励んでいます

Q. バスケットボールの魅力はなんですか？

A. とにかく攻守の切り替えが早く、点がよく入るところが魅力です。10点ほど差があってもあっという間に逆転します。試合終了ギリギリまでどうなるかわからないところが面白いです。選手全員で攻めて、全員で守るので、誰でも活躍するチャンスがあるのも魅力の一つだと思います。シュートを決めたときは、相当うれしいです。

Q. サークルを通して得たものは何ですか？

A. 子どもたちが楽しそうにバスケットしている姿や、きつい練習でも皆で声を出し合いながら頑張っている姿に、いつも勇気や元気をもらっています。結成当時は5、6人ほどしか部員がおらず、試合もできませんでした。今では部員も増え、練習や試合を重ねるごとに上達する子どもたちを見て、やりがいを感じています。ご家族にも、バスケットを通して子どもの成長する姿を見てほしいです。

団体名	上広川ミニバスケットボールクラブ	広川ロケッツ MBC	下広川ブレッツ MBC
設立	令和元年	平成 19 年	平成 30 年
日時	毎週(火) 17:00 ~ 20:00	毎週(水) 18:00 ~ 20:00 毎週(金) 17:30 ~ 20:00 毎週(土) 17:00 ~ 20:00	毎週(火)・(木) 17:30 ~ 19:30 ホームページからも申し込みます！
場所	中広川小学校体育館		下広川小学校体育館
申し込み先	コーチ：井上 ☎ 090-7479-8123		代表：才田 ☎ 090-4342-1733



絵手紙



絵手紙サークル
代表 篠倉ナホ子



Q. サークルをつくろうと思ったきっかけは何ですか？

A. 好きな絵手紙をかき続けるための居場所をつくりたいと思い、設立しました。絵手紙を好きになったのは、約 20 年前のことです。当時、娘が高校 1 年生で、私は地区委員をしていました。学校の文化祭で絵手紙を出展することになり、それ以来、絵手紙を作る楽しさに目覚め、長年かき続けています。

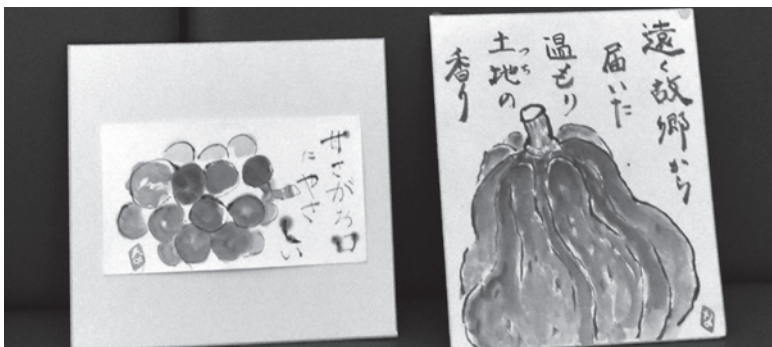
Q. 絵手紙の魅力はなんですか？

A. 自分の気持ちを絵や文章で表し、友人とやり取りできる場所ではないでしょうか。当サークルでは、特にテーマを設けず、自分がかきたいと思ったものを持参し、実際に見ながらかいています。はがきサイズで気軽に取り組めるのも魅力です。最近では、色紙や和紙などにもかいており、違った雰囲気を楽しんでいます。

Q. サークルを通して得たものは何ですか？

A. 何でもよく観察し、興味をもつようになりました。サークル内だけでなく、他のサークルの人との交流もあるので、人とのつながりが広がり、多くの友人もできました。部員の平均年齢は 70 歳を過ぎていますが、「家にこもらず、外に出る良い機会になっている」という声もあり、うれしく思っています。今後も皆が元気に長く続けられる、楽しい居場所でありたいです。

保健・福祉センター「はなやぎの里」ロビーに作品を展示しています



団体名	広川絵手紙サークル
設立	平成 29 年 4 月
日時	第 1・第 3 (金) 9:30 ~ 11:30
場所	町民交流センター「いこっと」
部員	11 人
申し込み先	代表：篠倉 ☎ 0943-32-2317

※現在、新型コロナウイルスの影響で活動を中止しています。

和太鼓



広川民舞和太鼓の会「ピガ」
代表 野田章子



Q. サークルをつくろうと思ったきっかけは何ですか？

A. 結成を知る先輩によると、商工会女性部の有志で「広川レディース太鼓」としてたちあげられたそうです。当時、私は和太鼓に興味があったので、町内にサークルがあると知り、すぐに入部しました。その後、男性も参加できるようにと、10年ほど前に改名しました。「ピガ」はアフリカのスワヒリ語で「打つ・たたく」という意味です。

主に日本各地に伝わるお祭りの曲を演奏します

Q. 和太鼓の魅力はなんですか？

A. 性別・年齢問わず、誰でも楽しめることではないでしょうか。現在、小学生～60代後半までの老若男女15人で活動しており、親子で参加している人もいます。太鼓をたたくと心も体もスカッとするので、日ごろのストレスを発散させたい人にもおすすめです。手や足、お腹など体全体を使うので、美容や健康にも効果があります。

Q. サークルを通して得たものは何ですか？

A. 人との出会いですね。普段接点がない異業種の人たちや、年代の違う人たちと「太鼓」を介してつながることがおもしろいです。各地区のお祭りや敬老会、施設などで演奏を披露したときには、いろんな人に喜んでもらい、やりがいを感じます。日本の伝統である和太鼓を演奏することも誇りです。今後は、和太鼓の楽しさをより多くの人に伝えていきたいです。

団体名	広川民舞和太鼓の会「ピガ」
設立	平成7年
日時	毎週水 20:00～22:00
場所	古墳公園資料館
部員	15人
申し込み先	生涯学習係 ☎ 0943-32-0096





生け花



フラワーサークル
代表 萩尾百合子



Q. サークルをつくろうと思ったきっかけは何ですか？

A. もともと花を生けたり何かをつくったりすることが好きでした。仏壇に飾ってあるようなものではなく、自分でもっと華やかにアレンジしてみたいと思ったのが、生け花を始めたきっかけです。その後、一人でするより、誰かと一緒に話しながら生けたほうが楽しいと思い、サークルをつくりました。

毎回違ったテーマでアレンジを楽しんでいます

Q. 生け花の魅力はなんですか？

A. 美しい花を身近に感じれることではないでしょうか。花を飾ると空間がぱっと華やかになり、新鮮な気持ちになります。同じ花でも、アレンジによってまったく違う作品になるところもおもしろいです。一見、難しく見えるかもしれませんが、写真を見ながら、部員同士で教え合いながらするので、初めての人も楽しめると思います。

Q. サークルを通して得たものは何ですか？

A. いろんな人に出会うので、知り合いが増え、相談相手もできました。仕事や家庭で嫌なことがあっても、花を生けることで忘れてたり、リフレッシュしたりすることができます。部員からは「こういう場をつくってくれてありがたい」「生け花が唯一の趣味」という声もあり、うれしいです。自宅に飾るだけでなく、今後は作品を発表する場ができればいいなと思っています。



団体名	フラワーサークル
設立	平成 30 年ごろ
日時	毎週※・(土) 13:30 ~ 15:30
場所	町民交流センター「いこっと」
部員	12 人
申し込み先	生涯学習係 ☎ 0943-32-0096