

総合クラブひろかわ

自彊術教室の講師へインタビュー

≫自彊術を始めたきっかけは？

17年前、手指の痛みから関節リウマチ（関節の痛みや腫れが生じる病気）と診断され、叔母の紹介で自彊術教室に通うこととなったのがきっかけです。自彊術を始めたことで、だんだんと手指の痛みも和らぎました。

その後、自彊術の良さをより多くの人に伝えたいと思い、7年前から自彊術教室の講師を務めています。

≫自彊術の効果は？

自彊術は、呼吸法とストレッチ、筋トレを同時に行う体操です。「身を整え、息を整え、心を整える」ことを実感することができます。動かせる関節をしっかりと動かす体操なので、自分の体調不良を改善していく上でもとても効果的です。若い人にはご自身のパフォーマンス向上に、年配の人には体と心の若さの維持に役立ちます。

自彊術教室は、毎月第2・4週の19時30分～21時、町民交流センター「いこっと」で行っています。体験を希望する人は、総合クラブひろかわ事務局へご連絡ください。



自彊術教室
講師 東 哲也さん

〒総合クラブひろかわ事務局（教育委員会事務局生涯学習係内） ☎ 0943-32-0093

広川文芸

広川短歌会



見るたびにになとはなしに恋してる初春色の乙女椿に	蓮子 住雄
吾のなかに母の姿が生きている手料理手芸たのしむ日々	姫野 洋子
この首が私の人生狂わせた 仕方がないと六文字合掌	横山 方子
新年の賀状書き終えお茶にする素朴な味の干し柿食みて	野中 勝美
浴室の改修工事の十余日となりの招きに貰ひ風呂する	原 千恵子
冥界とこの世をつなぐ花明り色なき庭に寒椿咲く	青木佳代子
新しく求めたる日誌の一頁は令和四年の初詣しるす	高橋 和子
哲さんの去年の最後のカレンダー「じいじ じいじ」と三歳が手を振る	鹿田 恵
ゆふべ見た夢のつづきが見たくつてとうさんの写真眺めて眠る	山下 整子
晴れやかな賀正を迎え勇氣湧く足踏みなれど一步踏み出す	姫野 深幸
穏やかな新年穢すオミクロン 社に手合わす家族連れあり	結束 節子
新春の朝の坂道リズム踏む孫の贈りし杖をあるじに	美座 時朗
にぎはへる商店街の人の波コロナ禍いかに 正月近し	野中ヨシ子



外国人が病院受診を学ぶ 地域日本語教育スタートアッププログラム

12月5日(日)、町内に住む外国人を対象とした病院見学が行われました。当日は中国、ベトナム、インドネシア、カンボジアといったさまざまな国の出身8人が参加。姫野病院の職員とともに「受付」から「薬を受け取る」ところまでを再現しながら日本語を練習しました。参加者は問診票の漢字や難しい日本語に苦戦している様子でした。姫野病院の職員も外国人の参加者にやさしい日本語で伝える難しさを感じたようです。

最後に、姫野病院の川上さんは参加者へ「具合が悪くなったら、がまんせずに近くの日本人に『助けて!』と伝えてください」と話していました。

AIプログラミング教室開催

久留米工業大学×広川町教育委員会

12月12日(日)、久留米工業大学で小学4年生～6年生を対象とした「AIプログラミング教室」が行われました。この教室は、久留米工業大学の学生と広川町教育委員会がコラボレーションし企画したもの。前半は、久留米工業大学の最先端の設備と教材を使って、簡単なゲームのプログラミングが行われました。後半は、久留米工業大学の学生が自動会話技術を活用し作ったクイズアプリ「ひろかわまち再発見」に挑戦。普段体験できない活動に、参加者からは「AIやチャットボットがとても楽しかった」「親子で楽しく参加することができてよかった」など、多くの喜びの声がありました。



人権思想の普及高揚に尽力

中嶋安雄さん



12月28日(火)、法務大臣から中嶋安雄さんへ感謝状が贈られました。中嶋さんは平成28年から今年1月1日までの6年間、人権擁護委員として地域の皆さんの人権や家庭問題に関する相談、人権思想の普及高揚に尽力しました。

6年生最後の大会で銅メダル

下広スターボーイズ



12月に開催された「朝倉市野球連盟杯学童軟式野球大会」で、下広スターボーイズが銅メダルを獲得しました。6年生の2人にとって小学生最後の大会。今まで努力してきた成果を発揮し、笑顔で締めくくることができました。1月から新チームがスタートし、仲間を募集中です。毎週(水) (木)、下広川小学校グラウンドでお待ちしています。

「地域のために」各団体が課題解決に取り組む

まちづくりスタートアップ補助金

自ら地域の課題に取り組み、地域に活力を生み出そうとする団体を応援する「まちづくりスタートアップ補助金」。コロナ禍でありながらも「地域のために

活動したい」という団体が本補助金を活用し、それぞれの地域課題を解決するために活動しています。

技術が身につくシャツ作り

ひろかわまちじょ project ～やってみたくをカタチに～



10月9日(土)と10日(日)、「ひろかわまちじょ project」がZoomでシャツ作り講座を行いました。

昨年度、大好評だった本講座。今年も定員を超えるほどの申し込みがありました。参加者はシャツが完成するまでの過程を実践しながら、さまざまなテクニックをプロから学習。講座修了後、普段から縫製を行っている参加者からは「新しい発見があった。今日教えてもらったテクニックを早速使ってみたい」などの声が聞かれました。

植樹休息基地の整備と看板作り

里山倶楽部



11月7日(日)、「里山倶楽部」が植樹休息基地の整備と散策ルートをお知らせする看板を作成しました。地域資源である里山を活かした「コミュニケーション」の場をつくるため、長年、美しい景観保全に取り組んでいる里山倶楽部。植樹した木々が成長して、四季折々の景観が楽しめる散策ロードが完成するまでには長い時間がかかるため「各々が楽しみながらやること」を大切に活動しています。今後もみんなが継続して参加できる活動が続いていくそうです。

クリスマスコンサート

総合クラブひろかわ



12月11日(土)、「総合クラブひろかわ」がはなやぎの里でクリスマスコンサートをを行いました。当日の参加者は100人以上。懐かしの歌謡曲に耳を傾けながら、午後のひとときを楽しみました。参加者からは「青春時代を思い出せた」「なかなか外出できない中、楽しい時間を過ごせた」「毎年開催してほしい」といった声が聞かれ、主催者は「イベントや町民同士の交流の機会が減っている中、皆さんに楽しんでもらえてよかった」と話していました。

多肉植物寄せ植え婚活

広川町婚活サポーター



11月11日(木)、「広川町婚活サポーター」がPlans funshop Zoomで多肉植物寄せ植え婚活を行いました。

当日は39歳までの男女各11人が参加。多肉植物やおしゃれな雑貨が飾られた会場で、寄せ植え体験や1対1トークなどを通して交流を深めました。マッチングも4件成立し、主催者からは「コロナ禍で、当日は感染対策をとりながらの実施となったが、成功に終わることができてほっとした」といった声が聞かれました。

大人への一步踏み出す

広川町成人式

1月9日(日)、下広川小学校体育館で成人式が開催されました。平成13年14年生まれの対象者247人(男性125人・女性122人)のうち、約74%にあたる184人が出席。新型コロナウイルスの感染を防ぐため、昨年同様、来賓の制限や時間短縮など、規模を縮小して行われました。

渡邊町長は「これからは自分自身の目で社会の現実を見据え、自らの中に確かな考えをつくりあげてくささい」と新成人を激励。福岡市主催の「FUKUOKA愛PROJECT」への投稿動画の撮影も行われ、ガーベラで作られたハートのパネルの前で、広川町への思いをアピールする新成人の姿も見られました。



梅本はな
(長延下区)

上京したてで不慣れな土地での生活に不安でいっぱいだったころ、地元の友達や先輩、両親のことを思い浮かべると、明日もがんばろうと勇気が出ました。どんなに苦しくつらい時でも、広川町での思い出がいつも笑顔にしてくれます。これからは私が自分の仕事で多くの人に笑顔を届けたいです。

中学生の時まで続けていたストリートダンスを一昨年から再開しました。うまくいかないときに相談に乗ってくれたり、応援したりしてくれる家族や友人、先輩などには感謝の気持ちでいっぱいです。これからは広川町での出会いを心の糧にして、自分に誇れる自分へ成長するためにがんばっていきます。



松尾知香
(緑ヶ丘区)

新成人
による主張
(要約)



鹿子島大貴
(清楽区)

幼少のころ思い描いていた20歳のイメージとは大きく変わり、今の自分は生活面で両親に頼るところが大きく、精神面でもまったく自立できていないと感じます。友人たちにもいつも励まされ、支えられてきました。今度は自分が多くの人の支えになれるような大人になりたいです。

小さいころから食べることが大好きで「食」について学びたいと思い大学に進学しました。コロナ禍でいろいろな事が「当たり前」ではない今、自分が置かれた場所で将来、不安を抱えている人に「食」を通して手を差し伸べられるよう、周囲の助けを借りながら、精一杯努力したいと思います。



吉崎品泉
(藤田区)