

旅立ちを胸に、感謝の気持ちを込めて

日野中学校吹奏楽部 「桜薫るコンサート」



会場全体に素晴らしい音色を響かせる



全員で奏でる美しいハーモニー

日野中学校吹奏楽部が、地域の人や保護者への日ごろの感謝の気持ちを込め、3月19日、町文化センターで、「桜薫るコンサート」を開きました。

このコンサートは、卒業を迎えた3年生と部員らとの最後のステージとして毎年行われています。

日野中学校吹奏楽部は、昨年度、鳥取県吹奏楽コンサートで金賞を受賞するなどの活躍を見せました。多くの町民や保護者が見守る中、コーラスを含め10曲を披露。コンサートの進行も生徒が行い、曲目の特長や演奏に苦労した曲などの

ほか、3年生との思い出を振り返っていました。

3年生は「中学校で吹奏楽を始めてもつと音楽が好きになった」「これからも仲間たちや地域の人たちなど、支えてくれた人たちに感謝して、自分たちの音色を響かせてください」と、目を潤わせながら3年間の思い出や地域の人への感謝の気持ちを表していました。

会場が優しい雰囲気にも包まれる中、1・2年生が3年生と演奏する最後の曲が終わると、ひととき大きな拍手が送られていました。



息の合った軽快な踊りを披露した舟場昭和会



心に響く歌声で会場を魅了

歌える喜び、踊れる喜びを感じてほしい

東日本大震災チャリティー・第6回ひの歌謡・演芸大会

入場料の一部を東日本大震災の被災地へ送り、復興に役立ててもらおうと、3月13日、第6回ひの歌謡・演芸大会(ひの歌謡・演芸友の会主催)が、町文化センターで開かれました。

開会に先立ち、出演者、来場者全員で被災地へ黙とうをささげました。主催した同会代表の松村譲さんは「今年で6回目を迎えるが、この取り組みが少しずつでも復興に役立ってくればうれしい」と話し、「歌える喜び、踊れる喜びに感謝し、被災地へ元気を届けたい」とあいさつ。早い復興を祈りました。

当日は、地元日野町をはじめ、県西部や島根県松江市から合計43組が出演し、自慢ののどや舞を披露しました。会場は多くの来場者で満席となり、歌に合わせて手拍子を打ちながら聴き入っていました。

また、翌14日には、松村さんが役場を訪れ、集まった入場料の一部5万5千円を義援金として、東日本大震災被災地に贈ってほしいと景山町長に手渡しました。松村さんは「これからも継続していきたい」と、笑顔で抱負を語りました。



地域とふれあい、健康づくり

日野高校陸上競技部による健康ストレッチ講座開催



ストレッチのポイントを説明しながら実演



丁寧に教えながら地域の人と接する部員ら

家庭や職場でも簡単にできる健康ストレッチを身に付け、健康維持やロコモ（ロコモティブシンドローム：運動器症候群）予防に役立ててもらおうと、日野高校陸上競技部による健康ストレッチ講座が、3月29日、山村開発センターで開かれました。

日野高校陸上競技部の北崎虎雅（たいたが）主将、國野稜貴（りょうき）さん、高塚息吹（いきぶ）さん、田辺真矢（まや）さん、藤原有恭（ゆうきょう）さんの5人が、ストレッチの解説やデモ演技をしながら、20人の参加者にストレッチを教えていきました。

5人は、肩こり改善に役立つ肩甲骨のストレッチやゴルフボールを使った足の裏のマッサージ、腰痛予防や改善、歩行姿勢の改善に役立つヒップウォークなどのストレッチを披露。そのほか、ロコモの症状やその予防対策についても解説し、「自分のペースで少しずつ運動していくことが大切」と呼びかけていました。

企画の立案から司会進行までのほとんどを生徒自身の手で行った今回の講座。北崎さんは「部活後みんなで集まり準備してきた。今日はみんなの笑顔が見られて良かった」と話し、参加者にストレッチの仕方を教えながら、笑顔で交流していました。

食生活を見直し、しっかり予防

糖尿病予防講座



糖尿病の原因や合併症の怖さなどを説明



「簡単に作れますよ」糖尿病予防メニューのレシピを紹介

生活習慣病の一つでもある「糖尿病」について楽しく学び、自分の食生活や健康を見直すきっかけにしておうと、3月2日、山村開発センターで、糖尿病予防講座を開きました。

同講座では、鳥取大学医学部地域医療学講座の松澤和彦医師が、糖尿病のメカニズムや予防について講演しました。松澤医師は「日本の人口の約15%が糖尿病、あるいは、その予備軍で、今や国民病ともいえる病気」と解説。さらに、「糖尿病が見つかった時には、すでに手遅れ」ということがあるので、普段から食べ過ぎに注意したり、水分をしっかり取ったりすることなど、普段の生活から対策を取ることが大切」とポイントを説明しました。来場者は、メモを取ったり、深くうなずいたり、熱心に聞き入っていました。

講演後には、「おいしく食べる糖尿病予防メニューコーナー」と題し、手軽に作れ、野菜も多く取れる炊き込みご飯の試食を行いました。ニンジンと板わかめを使った炊き込みご飯を口にした来場者からは「さっぱりと薄味でおいしい。子どものおやつにも使えそう」といった声が上がっていました。