

マイサークル

健康レクダンス

193

～一緒に楽しく踊りませんか～

- 日時／毎週金曜日 13:00～15:00
- 場所／働く婦人の家（あしたば白石）



今年で8年目のレクダンスサークルです。レクダンスは健康維持のためのダンスです。上手に踊るのが目的ではありません。音楽に合わせて身体を動かし、心も身体も健康で、はつらつとした人生を送れることが、私たちの願いです。

一つの曲をきっちりマスターするのではなく、ゆったりした曲、テンポの速い曲、リズムも、マンボありチャチャチャあり、演歌でも踊ります。時々フォークダンス、カントリーダンスも取り入れています。先生の説明と動きをまねして自分の動ける範囲で踊ります。覚える必要はありません。

運動不足が気掛かりな方、私たちのサークルをのぞいてみませんか。

基本は「無理なく楽しく」です。女性はもちろん、男性の方も仲間入りしませんか。まずは見学から。皆さんのおいでをお待ちしています。

◎働く婦人の家（あしたば白石）
☎25-5095

市民文芸

応募方法
一人俳句三句、短歌三首、川柳三句以内。はがきに作品・住所・氏名・応募する壇名をはっきり書き、〒989-0292白石市大手町1-1 白石市総務課へ。はがき1枚に短歌、俳句、川柳の併記は不可。毎月15日締め切り。
Eメールでも応募できます。(koho@city.shiroishi.miyagi.jp)

歌壇

岩崎 聰之介 選

雪にしほみ日差しに咲く福寿草けさにて一月庭に目守りぬ 斎藤タカ子
逝きし夫の遺品の中の封筒に二人の旅行費とありて涙す 阿部はぎの
闘病を終へて戻り来し高齡の主を迎ふる梅ひらきたり 高子うこん
口きき得ぬ夫の面見つつ耳許にふたりの旅の想ひ出を話す 平間 久子
この春もかの藪椿咲きぬるや看取りに通ひし道の辺を恋ふ 石田みどり
青春とともにあり経し柔道着捨てられず置く老いとなる今 渋谷 毅
新聞やテレビにぎわす談合疑惑謝罪の光景いつまで続く 八嶋 正子
母の背をみつめて巣立つ若き友二代目ヘルパー頼もしきかな 斎藤 典子
暖冬の風に誘はれほのかにも清らに匂ふ寒梅の花 阿部 英雄
三月の雪降る庭にかもしかの尋ねて来ると娘よりの電話 石沢 敏子

俳壇

遠藤 秋 尾 選

紅梅の豪華な空でありにけり 山家 弘子
春なれや小川の氷も躍りゆく 制野 リエ
桜咲き香りあまねく城下町 岩松 隆志
切り株のまだ新しく春隣 寺崎 悦子
彼岸入り亡き母好きな唄を聞く 佐藤 孝子
ペランダのもの芽一つなるみどり 福原 峯子
地虫出る午後暖かき庭なりし 大庭 良子
卒業式親にも子にも明るき日 斎藤 典子
退院の主待ちし梅の花 高子うこん

柳壇

米澤 礼子 選

裏金が出て球春に水を差し 四電 英夫
美しい国は格差のある社会 水戸 光穂
いや右だ違う左と難解る 斎藤 典子
夕がすみあれは黄砂か杉花粉 大庭 良子
美しい言葉の裏にある作為 草野 清
結ばれし絆バネとし老介護 高子うこん
脳細胞か拍寄せ並べ手話ソング 阿部みさ子
遠耳の一か置いて生返事 阿部はぎの
石が貴女の書いた文字が好き 寺崎 悦子
体力は小太りの方が丁度いい 高橋 要一

霧深しそぞろ歩きの散歩道 遠藤 忠臣

リサの国際コーナー International Corner

日本は大好きです。素晴らしい国です。2年たった今でも珍しいことを学びます。でもいつもそうとは限りません。時々文化や習慣がオーストラリアと全然違うので、どっちの国が宇宙なのか～と思うことがあります！

「不思議な日本の文化点」
1. 日本人のごみの分別はどこの国に比べてもとっても複雑です（日本に来たころ、コンビニのごみ箱の前に5分ぐらい困った顔でどの箱に入れたらいいのかと立っていました）。そのように一生懸命環境のために活動している国が、なぜ野菜やフルーツが一つひとつラッピングされて売られているのか？ それと一つか二つの食品でも、ビニール袋に入れてもらう。日本は一年に約250億本の割りばしを使い、日本人一人当たり平均で200本の割りばしを使っています。日本の仏教や神道は、環境やものを大切に宗教です。日本の森や山はとってもきれいです。日本の海へ行くごみが散らかり、がっかりしてしまうことがあります。
2. あいさつは時々決まり文句で、自然な会話が難しい場合があります。決まっている言葉や言い方が結構あって、個人的な家族や子どもたちのことはあまり話しません。西洋文化に比べると友達と親しくなるのに時間がかかると思っています。
3. 争いやけんかに出会うと知らないふりをします。先週、仙台のファミリーレストランの中で2人の男性の殴り合いのけんかを見ました。周りに男性や店長もいたけれども、全く無視して、けんかが落ち着いてから、心配に思った人たちが「大丈夫か？」と急いで聞きに来ました。日本には「助け合い」の文化がありますが、知らない人やちょっとでも恥をかき状況になるとあつちを向くことが多いです。
*ラーメン、そばやうどんは音を立てて食べるのは分かります。でも、スパゲティも？ (^_^)

「感動する日本の文化点」
1. 日本はいつも豪華な宴会や送別会を開きます。時々「こんなぜいたくなことをするべきかな？」と思ってしまうこともあります。これが日本の文化だと知りました。お葬式、結婚式、卒業式、どのような催しでも特別な「モーメント」を作るためみんなが一生涯懸命、心を込めて開きます。
2. 日本独特のチームワーク。去年、ディナーパーティーを開くと外国人の友達は「リサ、じゃあね～」と言って帰っていきました。何回も「いいよ、いいよ！」と言っても、5人の日本人の女性は台所でお皿洗いや片付けまで素晴らしいチームワークで、本当に信じられないくらい早く片付けました！ 昔からの米文化の影響でしょうか、お互いに協力して手伝う習慣が今でも残っています。
3. 50代以上の日本の女性。何十年間もの子育てが終わると、今度はやっと自分の幸せや生きがいを求めます。自分の興味を広げ、意見や性格も一般の日本人より強くなり、本当にこの女性たちは「すごいな！」と思います。あと20年ぐらい過ぎて、トイレやバスに並んでいるときに、先にさっさと前入られても笑って許されるね！ 日本の女性、どんどん「パワー」を持ち続けてね！
ほかに小学校の子どもたちの「元気さ」。一生、子どもたちの元気さと明るさは印象に残ります。
*無料でもらえるティッシュペーパー (^_^) v
窓の外を見ると黄色い砂の空です。冬の青空の日は過ぎて、今はサクラを待っています。この前、花見の天気予報を間違ったリポーターがニュースで謝っていました。日本人はサクラのことにすると真剣になりますね。オーストラリアの天気予報はいつも間違っているの、こんなことはあり得ない！ でも、やっぱり青いシートを敷いて、満開のサクラの下でお弁当を食べながら友達と過ごすのは、美しい日本の文化の一つだと思います。

市内イベント掲示板 (5月1日～6月5日) (※一花打ち上げ)

開催日	時間	イベント名	場所	有・無料	問い合わせ先	備考
～5月21日(月)	9:00～17:00	柴田長吉郎コレクション展PART3	弥治郎こけし村	入村無料	弥治郎こけし村 ☎26-3993	20頁掲載
～5月 6日(日)	9:00～17:00	端午の節句展	武家屋敷「旧小関家」	大人200円、高校生以下100円 ※P20の無料券持参の方は無料	博物館建設準備室 ☎22-1343	20頁掲載
～5月 5日(祝)	9:00～16:00	日本サクラソウ展	白石城大手門前展示場	見学無料	白石城管理事務所 ☎24-3030	20頁掲載
5月 3日(祝)～5日(祝)	9:00～17:00	第49回全日本こけしコンクール 第14回白石市地場産品まつり	ホワイトキューブ	入場無料	商工観光課 ☎22-1321	※ 9:00
5月 3日(祝)		白石市民春まつり	市内中心部	無料	商工観光課 ☎22-1321	※ 6:00 11:00
5月13日(日)	9:00～12:00	第31回こどもまつり	中央公民館	参加無料	子ども家庭課 ☎22-1363	29頁掲載
5月13日(日)	10:00～15:00	碧水園茶会	碧水園	お茶券400円	古典芸能伝承の館 ☎25-7949	20頁掲載
5月16日(水)	9:30～11:30	短期リサイクル教室(全5回)「古い傘からエコバックを作ろう」 ※5月30日、6月6日・20日、7月4日にも開催	いきいきプラザ	参加無料(材料持参) 定員25名、申し込み必要	いきいきプラザ ☎22-1635	18頁掲載
5月19日(土)	10:00～11:30	定期リサイクル教室「ペットボトルから風車を作ろう」	いきいきプラザ	参加無料(材料持参) 定員10名、申し込み必要	いきいきプラザ ☎22-1635	18頁掲載
5月22日(火)～7月 9日(月)	9:00～17:00	第49回全日本こけしコンクール入賞作品展	弥治郎こけし村	入村無料	弥治郎こけし村 ☎26-3993	20頁掲載
5月26日(土)	8:30～12:00	いきいきプラザフリーマーケット	いきいきプラザ	入場無料 ※出店希望者連絡必要	いきいきプラザ ☎22-1635	18頁掲載
5月27日(日)		南蔵王夏山開き ※宿泊者は26日鎌先温泉泊	白石スキー場～水引入道～不忘山頂～白石スキー場	日帰り3,000円 ※詳しくはお問い合わせください	商工観光課 ☎22-1321	29頁掲載
6月 1日(金)	18:00～(17:30開場)	アンドレ・ワッツ ピアノリサイタル	ホワイトキューブ	前売券5,000円 ※全席指定、学生半額	ホワイトキューブ ☎22-1290	