

読者のみなさんでつくる

みんなの 広場

「身近な出来事やイラスト」
「テーマトーク」募集中！

子どもは元気

お盆に孫が遊びに来ました。あまりの酷暑に姉(小学3年生)は足に保冷剤を巻き付け、弟はアイスノンを背中に担いで、それでも汗だくになって元気に楽しく遊んでいました。老人は見ていだけでクタクタ。熱中症注意。水分を取り、また汗だく。いつまでの暑さ、続くのでしょうか。

金沢市 梅ちゃん

ムクドリ

ひと月ほど前から背戸のサザンカの木にムクドリが巣を作りました。3羽のヒナが口を開けていると親鳥が順番に餌やりをする様子に癒される日々。にぎやかな巣立ちのときは、あっぱれと拍手を送った夏の日でした。

金沢市 そうけいのあ〜ちゃん

かえてきたイベント

息子たちの保育園では、夏の楽しみとして、お神輿や出店を段ボールや折り紙で作成し、夏祭りの雰囲気を体験させてくださいました。先日、町内会の夏祭りが開催され、息子たちは初の本物の出店に大興奮。りんご飴をおねだりされ、購入しました。結局あまり食べずに2個とも私が平らげましたが、とてもワクワク楽しい時間を過ごすことができ、コロナで開催されなかったイベントの大切さを知る大事な機会となりました。

金沢市 じゃがいも君ときのこちゃん

あの頃と変わらず

娘が小学生の頃お年玉で買った犬のぬいぐるみ。あれからもうすぐ20年。購入時に比べたら色あせ、毛並みは落ちてきましたが、あの頃と変わらない表情で見守ってくれています。

能美市 マーガレット



小松市 しおりんご



輪島市 ポムポム

歳を取っていいことも！

コープたまぼこの店舗が近いので利用していますが、60歳になると月曜日だけ5%引きになると聞いて手続きに行きました。それまでは歳を取ることが嫌でしたがこのときばかりは嬉しかった。いいこともあるんやと前向きにさせてもらえました。

金沢市 ゆうたん

ひめゆり学徒隊の 無念を忘れない

8月号の特集で沖縄戦のことが取り上げられていました。ひめゆりの女学生たちが戦場に駆り出され、兵士の救護をさせられ、最後は戦地で放置されたことを学びました。彼女たちの無念の気持ちを絶対に忘れてはなりません。この特集が少しでも戦争の実相を知るきっかけになったらいいですね。

金沢市 ゆきばあ

テーマトーク 今月は マラソン

59分の思い出

35歳以上が参加できるベテランズのロードレースに出たことがある。距離は10kmで明石海峡大橋を往復するというコース。橋は渡ってみるとかなりのアップダウンがあり、足元には鳴門の渦が見える。初めてのロードレースで苦しい道程だったけれど、35歳からでも新しいことができるんだと、自分にも子育て中の同級生の友人にも伝えたくて完走した。59分のかげがえのない思い出。

金沢市 りずぼん

インドア派が変身

小さい頃から運動が大の苦手で、インドア派だった私。ひょんなことから職場の先輩にマラソンに誘われ、しぶしぶ練習を始めました。大会では10kmのコースを完走し、それ以来朝起きて走るのが習慣となりました。それからハーフマラソン、フルマラソンにも参加。ハーフマラソンでは入賞することもでき、とても嬉しかったです。今は子育てに追われ走っていませんが、また爽やかな朝活始めたいな〜。

金沢市 おいもさん

継続は力なり

小学校時代、マラソン大会で上位に入るメンバーがいつも同じ町の人ばかり。普段はスポーツで目立つこともないのに。その町は小学校から1番遠く、毎日の通学距離が健脚の元になったのかも。子ども心にも「継続は力なり」と学びました。

加賀市 おたまま



金沢市 レンコちゃん(8歳)

体力測定

運動は全部だめで、マラソンは走り始めるとすぐにわき腹が痛くなり、歩いている方が速いんじゃないかというくらいのスピード。高校3年生のとき、ついに体力測定の1km走を隠れてさぼってしまった。測定結果票を見れば走っていないのは一目瞭然だが、何のおとがめもなく今日に至る。昔はおおらかだったのか、普段の体育の様子で平均値を大幅に下げるから見逃していただいたのか、今でも疑問だ。

加賀市 どん くさ子

三日坊主

昔、学校のマラソン大会は憂鬱なものでした。子どもたちも親の血を引き、マラソン大会は苦手なようで、練習にと夜一緒に走ることにしましたが、普段運動していない私はバテバテで全然走れず、足手まといに。結局、子どもより親が三日坊主で、あっという間に練習期間は終了となりました。

かほく市 はるたか

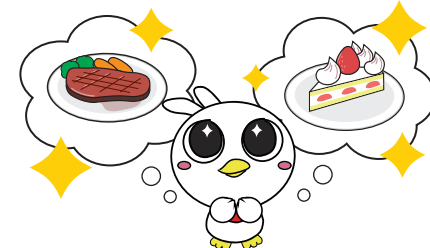
沿道で応援

今年も金沢マラソンの季節がやってきます。私は沿道応援で参加です。42km歩くだけでも大変(というかそんなに歩いたこともない)ですが、走るなんてすごい！頑張れー！エネルギー補給用の和菓子やカレーなど金沢名物もいいチョイスで魅力的。走れないけど自転車に乗って補給スポットをまわってみたい！

金沢市 めいちゃん

次のテーマトークのお題は

ごほうび



くみかつレポーターによる活動報告

石川東地域協議会

「簡単！アロマで夏のセルフケア♪」



くみかつレポーターのばいんです！まずは座学でアロマの基本の「き」から学ばせていただきました！そしてお楽しみのアロマ日焼け止めクリーム作りへ！アロマオイル(ローション)、ココナッツオイルやアロマオイル数種をまぜまぜ先生の助言のもと「いい香り☆」、「これってちゃんと混ざってる？」などと明るい声が飛び交い、楽しい時間を過ごすことができました！アロマなど自然な香りのある環境を整えることもとても大事だと感じた行事でした！

開催日 7月6日(木)
場所 金沢市ものづくり会館
講師 石原 千春氏(教え合い講師)

参加者 20名

石川西地域協議会

「みんなで珊瑚の植付けに協力しよう！」



くみかつレポーターのケーキ大好きです。太ももずくと糸もずくのの違いについて試食をしながら教わりました！井ゲタ竹内さんのもずくを買ったと売上の一部が「サンゴ基金」に送られ、珊瑚の植付け活動に役立っています！今回は、その植付けに必要な基台に学習会の参加者全員でメッセージや絵を書き、素敵な基台がたくさん完成しました！離れた地からの協力、とても良い経験となりました！

開催日 8月7日(月)
場所 石川県女性センター
講師 (株)井ゲタ竹内 住田 顕志氏

参加者 大人8名 子ども7名

