

大山町と姉妹都市である広島県呉市で11月6日(日)、「くれ食の祭典」が行われました。この祭典に、神田りんご生産組合を中心とした総勢6人が参加し、りんごなど町の特産品を販売し、大山町を呉市の人々に広く紹介しました。当日は、あいにくの雨模様となり、会場は例年より人出が少なかつたものの、毎年このイベントで、神田のりんごを楽しみにされている方もあり、大山町のコーナーは盛況でした。



▲神田のりんごは毎年、大好評

## 「快療法ってなあに」

子育て中のママに山根正子さんが講演

11月29日(火)、ふれあい会館で「快療法ってなあに」(主催：子育てサークルエコママ)と題して、山根正子さんの講演会が行われました。山根さんは大山町唐王出身現在はネパールで看護師として現地の医療奉仕活動を30年近くなさっています。滞在ビザの関係で、一時帰国されており、今回の講演が企画されました。

子育て中の母親など、約20人が参加し、山根さんから『免疫』は体のどの部分で作られているか知っていますか？すぐに答えられる人は意



▲快療法について講演する山根さん

外に少ないのよ」の問いにみなさん、うなずいていました。参加者は、山根さんが実践している「快療法」について説明を聞きながら、自分の体のしくみをきちんと知ることや免疫力の大切さについて学び、日々の暮らしに役立てようと熱心にメモを取っていました。

※快療法とは、息(呼吸)・食(食物)、動(運動)、想(思考)、環(環境)を快の方向、つまり気持ちのよい方向へ持っていくけば、より自然治癒力を高めるといふ実践法。

## 新しいサークルができました！

### 大山公民館 大東流合気柔術同好会

大東流合気柔術とは、合気道の源流となった武道で、会津藩に伝わる古武道です。

普通の筋力は使わず、女性のような柔らかい力が最適です。どなたでもできますので、合理的な体の使い方を学びながら、ストレス解消、健康維持のためにやってみませんか。会員を募集中です。

世話人 齋木義仁  
☎0859-53-4286  
活動日時 日曜日(月に1回)  
13時30分～15時30分  
活動場所 大山武道館  
会費 1,000円/月  
その他 年に2回、岡山県から講師を招いて講習会を予定。



▲息もピッタリ！日舞の会の皆さん

## 日ごろの活動を発表

～名和公民館  
サークル発表会～

11月27日(日)、保健福祉センターなわで、名和公民館サークル発表会が行われました。会場となった多目的ホールでは、琴修会名和教室の大正琴の演奏披露に始まり、フィナーレの民謡クラブの舞台まで、11団体のステージ発表が次々に行われ、出演者を応援しようと家族や友人など多くの人が来場し拍手など声援を送りました。また、ホール・玄関では3団体の展示発表や食生活改善推進協議会名和支部による「五目おこわ」の販売、御来屋婦人会のバザーが行われました。名和公民館を利用する団体同士が、準備から当日の運営・片づけまでをお互いに協力し合いながら、和やかな発表会になりました。