



太極拳で毎日元気

栗原頼子さん (88歳・向町)

今年の7月に米寿を迎えてもなお、元気に太極拳を楽しむ一人の女性がいます。この武術から活力をもらい、生き生きとしたセカンドライフを送っているのが、今月紹介する栗原頼子さんです。

栗原さんが太極拳を始めたのは、78歳のとき。友人に誘われて、佐間公民館で開催された太極拳の講習会に初めて参加したことがきっかけでした。初めて太極拳を体験したときのことを「講師の動作に合わせてやってみましたが、よく分かりませんでした」と苦笑いしながら語ります。

太極拳を始める前までは、趣味として自宅で着付け教室を開いたり、短歌教室に通ったりと、どちらかという運動は苦手でした。そのため、講習会で太極拳をやってみても、それほど興味が湧かなかったそうです。しかし、高齢ということもあって「少しは体を動かすのもいいかな」と軽い気持ちで、同公民館の「佐間太極拳クラ



ブ」に入会しました。初めは「疲れてサークルに行くのが面倒だな」と思うこともありましたが、練習を重ねるうちに、仲間と一緒に汗を流す楽しさを感じるようになっていきました。現在、同クラブの最年長メンバーとして活動している栗原さんは「88歳になっても、こんなにたくさん友達ができてうれしい。週1回の活動日が本当に楽しみです」とほほ笑みます。

すっかり太極拳に夢中になってしまった栗原さん。自宅でもDVDを見て微妙な腕の角度を研究するなど、太極拳に対する熱意は増すばかり。太極拳と出会って10年目を迎えた今もなお「扇子を使った太極拳に挑戦したい。だって格好いいんだもの」と目標を語ります。

今年の1月には2年に1度開催されている「日中武術国際友好演武大会」に参加。日本を含めた世界14カ国の武術愛好家が集まる大きな会場で、仲間と共に「簡化24式太極拳」を披露しました。さらには、参加した太極拳気功体操の部で最年長表演者として表彰もされたのです。「あと1回はこの大会に出てみたいな」すでに次の大会への参加を見据えた栗原さんの向上心は、とどまることを知りません。生き生きと充実した毎日を送っている栗原さんに健康の秘訣について尋ねてみると、「おつくうでも動くことかな」とにっこり。大好きな太極拳を続けることが、エネルギーシユな日々を送るための源になっているようです。

私の作品

俳句

◎皆さんの作品を募集しています。◎俳句は毎月5日までにはがき・封書で広報広聴課へ応募ください。

再会の時間止まりし霜夜かな  
渡柳 川田 静江

良夜でも十三夜でも人恋し  
前谷 町田 貞子

庭隅の贅なる石露の花明かり  
下須戸 澤田 郁

愚痴聞いてくれる猫いて秋に入る  
白川戸 松本 忠之

秋の蚊に哀れみかけて刺されけり  
持田 伊藤 洋子

チャボ竜のひげの中より青い玉  
桜町 吉岡 守子

蹠跟や草掻き杖に冬菜摘む  
城南 飯野 里子

リハビリを励ますごとく木の実独楽  
持田 二瓶 弘子

鈴生りの柿一つ挽ぎ舌鼓  
城西 山下 利江

コスモスの風に誘われ歩を伸ばす  
城西 西田吉之助

白足袋の語り部熱き辻説法  
矢場 中根 和子

残業の子を待ちわびるおでん鍋  
荒木 藤田 明枝

露草のつゆと語らう散歩路  
棚田町 財津ミチエ

父母越える八十路半ばの穂草取り  
南河原 今村 文女

垣根越しそつと手渡す秋茗荷  
佐間 須永 節子

神の留守知りつつ平癒祈願かな  
城西 新井 禮子

長き夜や子の帰宅待つ親ごころ  
長野 吉野 らん

新米に感謝を込めて箸をとる  
持田 丸山 麟一

教え子の金婚記事や秋うらら  
天満 青柳 欣吾

失職のふところさびし秋の雨  
持田 小倉 繁三

(三沢 一水 監修)

# はじめまして

平成24年  
12月生まれの  
おともだち



## 平成25年2月生まれの お子さんを募集します

- 12月2日(月)~27日(金)に電話またはEメールで広報広聴課 広報広聴担当(内線318) ※応募要領は市ホームページをご覧ください。
- 応募者多数の場合は、1月7日(火)午前11時から市役所203会議室で公開抽選を行います。

応募待ってるよ!



**安藤 結愛ちゃん**(恋)  
平成24年12月21日生まれ  
父 立裕さん 母 夏美さん  
「わが家の姫♡  
元気に大きくなあれ☆」



**井口 歩稀ちゃん**(持田)  
平成24年12月25日生まれ  
父 雅弘さん 母 聖子さん  
「やっぱー  
笑顔はいいよね♡」



**小金澤 羽良ちゃん**(持田)  
平成24年12月12日生まれ  
父 文也さん 母 理紗さん  
「いつも笑顔を  
ありがとう♡」



**中塚 柚愛ちゃん**(若小玉)  
平成24年12月18日生まれ  
父 謙治さん 母 陽子さん  
「みんな大好き♡  
ハハ笑顔♡」



**塚原 百合葉ちゃん**(桜町)  
平成24年12月10日生まれ  
父 俊貴さん 母 ジエニーさん  
「あなたが生まれて  
毎日幸せ♡」



**増田 瑚太郎ちゃん**(棚田町)  
平成24年12月28日生まれ  
父 秀一さん 母 恵美さん  
「わがやの  
ほっぺた王子☆」



# ぎょうだの会社を クローズアップ!!

## 株式会社東京軽合金製作所 チャレンジ精神あふれる 総合アルミニウム casting メーカー

昭和5年に創業。以来、軽量で高強度のアルミニウム製品をさまざまな産業分野に提供している株式会社東京軽合金製作所。現在は、自動車用「シリンドラヘッド」や「シリンドラブロック」などエンジン本体の部品を中心に生産しています。これらの製品は、溶かしたアルミニウム合金(以下「溶湯」という)を精密な金型に注入することで出来上がります。製品の用途によって、要求される強度や剛性などが異なり、材料(アルミニウム)成分の使い分けやマシン・金型の特性に適した工法を用いています。



**会社プロフィール**  
代表取締役社長 小山博  
事業内容  
アルミニウム casting、ダイカスト製品の製造販売

平成12年に開発したのが、特殊充填 casting (T-SIP casting) です。独自の技術を駆使し、凝縮し結集したノウハウを全て取り入れた工法です。精密な金型に溶湯を特殊給湯装置を用いて注入したことで、従来の低圧 casting が苦手としていた薄肉で軽量の製品を成形できるようになりました。さらに、生産性についても、格段に向上しました。このようなことから、 casting 技術の発展に大きく貢献したことが認められ、平成21年に日本 casting 技術工学会から「豊田賞」を受賞するなど高い評価を得たのです。

「技術を磨き、良いものを安く、タイムリーに、そして、心のこもった製品を提供することで、お客様に信用・信頼してもらえる企業を目指したい」と語る小山博代表取締役社長。人々の暮らしを豊かにする「ものづくり」を通して、同社はこれからも技術や品質、サービスの向上に日々挑戦し続けます。

※このコーナーで紹介する会社を募集しています。特色ある業務を行っている会社の情報を広報広聴課広報広聴担当(内線318)までお寄せください。