

「生きがい」で 生涯現役

生きがいとは、生きていく張り合いや喜びのことです。それが何かは、人によってさまざまです。どんなものであれ、その人が生きていくうえで大切なものと言えます。自分の人生で、「これが生きがい」という何かを持って毎日を通じて過ごしている人はどれくらいいるのでしょうか。

生きがいを人生のスパイスにしてみませんか？

生きがいを持つことで、人生を楽しんでいる人たちがいます。今年、熊本県で開催されるねんりんピックにも、生きがいを持って、生涯現役で頑張っている人たちがたくさん参加します。

24回目となる今年、県内9市4町で、22種目が行われます。また全国から約1万人の選手や関係者が熊本を訪れる予定です。本市からも、剣道やグラウンドゴルフなど9種目に出場。熊本県民総合運動公園陸上競技場で開かれる総合開会式には、約7,000人が参加します。またふれあい広場やキャラクターショーなど、楽しいイベントも開催されます。

剣道をなくしたら私ではない



菊池 弘徳さん (70歳)
熊本県の大将として出場。中学2年生から剣道を始め。現在、剣道八段を目指し稽古に励んでいる。

中学2年の秋、父親が剣道部の顧問だったこともあり、野球から剣道へ変わりました。それから50年以上、「下手の一心」で剣道を続けています。高校で初段、大学で五段、現在七段で、八段審査に挑戦中です。こんなに長く剣道が続けられたのは、剣道を通して出会えたたくさんの方の仲間のお陰だと感謝しています。試合などを通じて全国の剣友との交流が深まる中、特に毎年行われる京都大会や情報交換会は自分の稽古の励みであり、心の糧となっています。

現在、稽古は週5回程度で、3回は熊大監督として学生と汗を流しています。何と云っても稽古で体を動かすことが自分の健康に繋がっていると思っています。

本市では、剣道競技を開催します。観覧は自由です。また、競技を開催する2日間、体育館駐車場には、おもてなし会場も登場します。会場では、地元ボランティアグループによる新鮮素材を使った「おもてなし汁」を提供。特産品の販売コーナーなどもあり、剣道競技以外でも楽しめるようになっています。

ぜひご来場ください。

とき
10月16日(日) 午前9時15分~午後4時
10月17日(月) 午前9時~午後0時20分

ところ 菊池市総合体育館

問い合わせ先
ねんりんピック2011熊本 菊池市実行委員会事務局
☎0968(25)7267
※ホームページでは、ねんりんピックに関する情報を随時更新しています。

80歳になっても剣道がやりたい

中学生のとき、剣道部に入部しました。高校、大学も剣道部に所属。高校教師になり、剣道部の顧問も務めました。けれど仕事が忙しく、それから21年間、剣道から離れていました。

剣道を再開したのは、定年後、友人に誘われたことがきっかけです。「剣道は60歳過ぎてから理合が分かり強くなる」と言われたことを覚えていて、挑戦してみようと思いました。

剣道は、技術だけでなく、精神面が影響する競技です。「剣禅一如」といわれていて、とても奥が深いものです。また、健康であれば年齢を重ねてもできるので、生涯スポーツに適しているものの一つだと思います。高齢者でも、若い人と対等に稽

古ができるんです。もちろん、自分の体調に合わせて、無理はしません。

自分が今、健康でいられるのは剣道をやっているからだと思います。健康でいるために、食事にも気をつけています。80歳になっても、防具をつけて、稽古することが私の目標です。

今回、地元で開催されるねんりんピックの剣道競技に、選手として出場できることはとても素晴らしいことだと思っています。せっかく選手に選んでいただいたので、地元の皆さんのために、しっかりと頑張ります。やっぱり開催地である菊池の皆さんにも、ぜひ会場へ応援に来てほしいですね。



岡本 和文さん (70歳)
熊本県代表として出場。中学時代に始めた剣道。20年ほど離れていたが、定年後に復帰。お孫さんの成長と剣道が生きがい。

本市から出場する選手・団体の皆さんと出場種目

マラソン 佐藤イツ子さん/グランドゴルフ 森 フカ子さん、松岡大六さん/剣道 菊池弘徳さん、岡本和文さん/サッカー 石淵寿生さん、大矢野種澄さん/ダンススポーツ 中村明子さん/弓道 迫 憲二さん

第24回全国健康福祉祭くまもと大会
ふれ愛
ねんりんピック2011熊本
平成23年10月15日(土)~18日(火)
火の国に 燃えろ!ねんりん 夢・未来

