

クローズアップ。 日・光・人

日光市で活躍している人、サークルを紹介します。

サークル

人

毎月第3土曜日に、JR今市駅前通りで開催される六斎市。このイベントを主催しているのが、にぎわいのあるまちづくり研究会です。

最初は、2,000年の大みそかに開催されたカウントダウンの実行委員として各団体などから集まった皆さん。第4回までカウントダウンを行いましたが、年1回の活動だけではなく、もっと自由にまちの活性化に取り組みたいとの思いで、平成16年8月にこの研究会を立ち上げました。代表の古峯さんは、「自由に活動するため、あえて整つ



た組織にしていまません。だから、面倒な予算なども関係ないし、会員や出店者などから出た案も、すぐに実行できます」と話してくれました。

11月の六斎市に取材に行ったところ、たくさんの子どもたちがチョークで道路に絵を描いていました。藤田ゆみ子さん・美咲ちゃん親子(今市本町)は、「子どもが道路に落書きしたいと言うので来ました」「絵を描くのが大好き。今日は、道路に大きく描けて楽しい」と笑顔で話してくれました。『おえかきひろば』と題したこのアイデアも、出店者からの何気ない一言で始まったとのこと。

今後の予定などを伺うと、「来年はオリンピック期間に合わせたスポー



おえかきひろばの様子

にぎわいのあるまちづくり研究会

まちは生きもの、時代や環境に合ったまちづくりを考えています

紹介したい人、サークルを募集します

クローズアップ日・光・人では、日光市で活躍している人、サークルを紹介していきます。このコーナーで紹介したい人やサークルの情報がありましたら、ぜひお寄せください。なお、自薦、他薦は問いません。※広報にこの掲載にふさわしくない活動内容が含まれている場合、紹介をお断りすることがあります。

連絡先及びくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
☎(21)5135



市内で開かれている多くの太極拳教室で指導を行っている北村仁さんを紹介しします。太極拳は中国古来の武術でさまざまな流派がありますが、北村さんが実践しているのは技を競わない、健康づくりを重視したものです。現在66歳の北村さんに、太極拳を始めたいきっかけを伺いました。

「若いころは、趣味でスキーや山登りを楽しんでいました。しかしある時、会社を退職した後、体力が衰えても生涯にわたってできるスポーツはないだろうかと思いいろいろ調べました。そんな時、た

またま宇都宮市のデパートで太極拳教室が開かれるというので参加してみました。今から27年前、私が39歳の時です。教室に通い始めて1年を過ぎたころから、疲れない、体力がついたと実感するようになりましたね。また、風邪を引かなくなりました」。

太極拳教室に通い続け、師範の資格をとった北村さん。今では、5つの教室で講師を務めています。北村さんは、「指導していて、生徒さんの顔が生き生きとしてくるのを見ると、とてもうれしくなりますね。高齢の方でも信じら

れないぐらい元気になりますよ」と、目を輝かせて話してくれました。

また、太極拳の魅力をこう話してくれました。

「自分の健康は自分で守る」ことを手軽にできることです。太極拳を始めるのに、何の道具も必要ありません。動ける服装と場所さえあればいいんです。深呼吸に合わせてゆっくりと体を動かすことで、心身をリラックスさせることができます。体力がない人やスポーツが苦手な人でも無理なく続けられます。

太極拳をやることで健康な体づくりができれば、より活動的な生活が送れると思うんです。例えば、旅行やスポーツを楽しんだり、ボランティア

きたむら じん さん
北村 仁 さん

太極拳を通して、皆さんの健康づくりに役立ちたいですね

平ヶ崎 在住



太極拳教室で指導を行う北村さん。

活動データ

活動場所 六斎市(JR今市駅前通り)など
会員 17名

※会員・ボランティアを募集しています。

代表 古峯 重典
問い合わせ先 古峯重典 ☎(21)2500
Eメール fujiya@sunfield.ne.jp