

1日3分!




# しゃきつトレ

## Vol.1 肩こり予防

自宅で簡単にできるストレッチを健康教室で活躍する介護予防サポーターが紹介します。

氷川町公式


Instagram  
動画配信中

腕と肩はまっすぐになるように  
足は肩幅で

1

4秒かけて背中を丸める



4秒かけて①の姿勢に戻る  
戻る時は肩甲骨を寄せるように

2

今月のサポーター  
畑野久美子さん  
(高野道)



①→②の丸まって戻す動きを  
1回として10回が目安です!

### 健康教室参加者募集中!

年齢や運動レベルに応じた教室を開催しています。  
お気軽にお問い合わせください。 問 福祉課 介護保険係 ☎0965-52-5852

## 町民文芸

投稿先 〒869-4814 氷川町島地642番地 企画財政課宛 (毎月5日必着)

### 短歌

かる鴨の親子の群れよ今年また  
冬の氷川に隊列組むや  
北野津 井田 道寛

菊まつり武士に奥方姫もいて  
空澄み今日は菊日和  
西野津 古崎 スエノ

青空のいわし雲広がる秋日和  
爽やか朝の庭手入れ  
西野津 古崎 栄子

三神宮の秋季例祭で天に向け  
豊穣に感謝し原田亀蛇が舞う  
西上宮 廣瀬 小亀

### 俳句

しろがねの氷川の光十二月

北野津 井田 道寛

友来たる庭のみみじに笑みかわす

西野津 古崎 スエノ

新米のふつくらおにぎり光るけり

西野津 古崎 栄子

金木犀の庭木剪定への褒美かも

西上宮 廣瀬 小亀

5年生が授業で  
俳句を作りました

稲かりやかまでさくつとひと仕事

竜北西部小 齊藤翔太  
(中網道)

「処刑の部屋」X  
法道寺 本田 花風

さて、本篇は、大学生の克己が親友や他の大学の学生とのバトルの合間に、その学生の従妹の頸子を以前ビールに睡眠薬を入れて犯し、その後、その付き合っていた女が現れ、若者たちの背徳をえがきながら実に健康で、小説の原理への郷愁さえこの中に脈打っている様子を描いた作品である。原理とは、多くの物事を成り立たせる根本的な法則であるが、解説を更にかみ砕いてくれる解説が必要な三島の見解は読者を幻惑する。

頸子を若尾文子が演じているが、二十歳の映画「十代の性典」がヒットするが性典の女優として酷評されるが、後には大映を支える看板女優になる。透明感のある女である。

何かと賛否両論の別れた石原の作品の中で作家や評論家から好意的に受け入れられ、心の動きと肉体の痛みをリアルに描いた作品として、文学的にはもっとも評価された石原の短編小説である。そのリアルなリンチの場面を紹介しよう。

【「こ、この野郎、女を蹴りやがったな」「そうよ、ここまで来て、お涙流いてえもんだ」「糞っ」石川が爪先でそう言う克己の鳩尾を蹴った。椅子ごとまた倒れながら、胃のシンから太く熱いものが胸の内側をしめつけ息が出来ず克己は氣を失いかかった。たおれたままの克己の顔を石川が踏みつけた。髪にねじ込む靴裏の鉾の感覚だった。その痛みで氣を取り戻した。「もうやめて」頸子が石川に叫んだ。

第51回熊本県人権教育研究大会  
が「部落差別の現実から深く学び、人間を尊重し、人と結び、豊かな関係に高めうる教育の営みへ」をテーマに、上益城郡で開催されました。講座の講師から「部落差別をはじめとするあらゆる差別をなくすためには、家族の間で話題として語り合ってみよう」という提案がありました。



◆第8回子ども人権教室  
「紙すき体験学習」  
牛乳パックに使用されている上質なパルプを利用し、手すきではがきサイズの紙を作りました。ドロドロに溶けている材料が手につくと、イヤーという声を出しながらも、楽しい体験の時間となりました。

人権が尊重され、  
生きがいを感じられるあたたかい町

## 人権啓発コーナー

毎月11日は人権を確かめあう日

### 今月の人権学習 web 講座

テーマ 性的マイノリティと人権  
日時 12月11日(日) 13時30分～  
場所 氷川町文化センター講堂

問 生涯学習課 ☎0965-52-5860

## 八火図書館 だより

寒さも少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。今年も残り1カ月。風邪などひかないよう、手洗い、うがいをしっかりと行い、楽しい年末年始を迎えましょう。そして、来年も皆さんに素晴らしい本との出会いがあることを願っています。



### おすすめ図書

#### 「きのいいサンタ」 さとう わきこ

本当に気のいいサンタのお話です。あきれられるほどお人よし。まだ使えるものは使うという大切なことをきのいいサンタさんは教えてくれているのではないのでしょうか。



### 新着図書紹介

- 一般書 心眼/相場 英雄  
リカバリー・カバヒコ/青山 美智子  
ルミネッセンス/窪 美澄  
いつかみんなGを殺す/成田 名璃子
- 児童書 きまぐれレストラン/宮野 聡子  
きりんのこがせのびをしています/林 木林  
魔女の一日 魔女になるための秘密/飯島 都陽子  
時間をやくパン屋さん/キム・ジユヒョン

### 12月生まれの作家

宮部 みゆき (昭和35年12月23日生まれ)  
東京都江東区生まれ。OL、法律事務所などの勤務を経て小説家になる。ミステリー小説の賞レースの常連で「火車」「模倣犯」などのミステリー作品だけでなく「ぼんくら」「きたきた捕物帳」シリーズなど楽しめる時代小説も多い。

### お知らせ 年末年始休館日

12月29日(金)～1月3日(日)  
年明け1月4日(月)より通常開館します。  
問 八火図書館 ☎0965-62-3489