

# イトヨ便り

大槌地域 支援員新聞

No.13  
2013.

## 8月号

【発行】大槌町地域支援員配置事業  
〒028-1115 岩手県上閉伊郡大槌町上町1-6  
TEL: 0193-41-2780  
E-Mail: otsch.info@gmail.com



◀ (上)当たっても外れても、大盛り上がり！  
▶ (左下)この的目がけてフーッ！ (右下)吹き矢一式

7月10日、大槌第5仮設集会所で「スポーツ吹き矢」の体験教室が開催されました。スポーツ吹き矢は、5〜10m離れた円形の的を目がけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。大きく息を吸い込むことで体調の改善につながり、矢を吹くときには思い切り息を吐き出すので腹筋を使います。その他狙いを定めるので集中力をアップさせ、的に当たるとストレス解消になります。性別、年齢問わず誰でも手軽にで

き、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。当日はあいにくの雨模様でしたが71歳から80歳までの住民さん6人が集会所に集まりました。始めに大槌町スポーツコーディネーターの三浦純さんが、ルールの説明と吹き方のコツを教えてくださいました。最初は、順番に吹いてみます。最初は的に近い距離から。息がもれて矢が出ないと、「大丈夫だ」とみんなに励まされ、スパッと的に当たると「オーッ、すごー

### 大槌第5仮設団地

## スポーツ吹き矢に挑戦してみませんか！

### 楽しみながら健康に！

い」とどよめきが起こりました。

だんだんと慣れてきて構えも堂に入っています。「行くよー」と叫んで外すと大笑い。「落ち着け、父ちゃんだど思っただらば当たるよー」とか「ほらを吹くより簡単だあ」などのヤジが飛び大盛り上がり。2周ほど練習をして、5mの距離からいよいよ勝負です。各自5本ずつ吹いて得点を競いました。1本ずつ真剣に吹きます。円の一番外枠が1

点、その内側が3点、5点と続き一番内側が7点になります。25点が二人出て、優勝決定戦を行いました。27点を出した方が優勝。最後まで接戦でした。最後に感想を聞いてみました。「見ると簡単そうだけど、やってみるとなかなか真ん中に当たらないねえ」「震災は悪いことばかりじゃなかった。やったことのないことをみんなで作る」「80を前にして楽しみが来た」とみなさん大喜びでした。

## 俺の生きがい！ 「安渡産大槌復興米」

あの人にインタビュー

遠野まごころネット 地元ボランティア 臼沢 康弘 (うすさわ やすひろ) さん



このお米のおかげで生きがいを見出したという臼沢さんにお話を伺いました。

Q きっかけを教えてください

避難所からようやく仮設に入っ

それを2本ずつにして75株をみんなで植えたんだ。秋には5・4kg採れでさ、今年それを広い田んぼに植えたんだ。俺はそ

若い衆が帰ってきたら、町になつて欲しいなあ。ボランティアで来た人の中にも仕事があれば大槌に住みたいって人がいるんだよ。水はきれいだし、海や山があつていいぞ。雇用の場が出来て、若者が集まる元気な町になつて欲しいね。

て、体調崩してほとんど何もやる気が起きない時、談話室のお茶っこの会がこの話を聞いたんだ。がれきの

中にも稲穂が実ってた。大槌で育てる人を探して。いい話だと思つたね。まさか自分がやることになるとは思わなかつたけど。

Q 楽しかったこと辛かったことは？

辛いごとは無いな。ただもう少し稲を育てながらボランティアさんと話すのが生きがいだ。ボランティアさんに来てくれる。何度も来てくれる人もいんだよ。何度か来てくれる？って聞いたら、帰って仕事してても大槌が気になつて、来ないでいられない。しかも俺がこうして年



### 大槌西地区

八幡ゆり子さん

(52)



### エコクラフトに、はまってま〜す!!

談話室で住民同士集まって作りはじめました。去年の12月から作りはじめて、バックは8個くらい作ったそうです。談話室だとおしゃべりに花が咲いて進まないことも(笑)今は余ったクラフトの有効活用で小物作りに挑戦中！次は持ち手をつけた収納かごを作る予定です。