

まちびげんペタンク

モデル事業に大きな支援 赤磐商工会

一月六日(月) 新年早々に赤磐商工会・竹並事務局長さんにお会いして「ちらし」の配布をお願いしました。モデル事業については毎回次のような率直な意見を頂いています。

- ・ 情報紙のような紙媒体も必要かもしれないが、今、若い人は読みません。フェイスブック・その他SNSでの発信が必要です。誰かできる人はいないのですか。
- ・ SNS等での発信・ペタンク紹介動画等は専門の人に依頼した方がよいのでは。
- ・ いろんなチラシを見て「ワクワクするなあ」「かっこいいなあ」「おしゃれ！」というような感じがしない。若い人が「やってみたい」にならない。

・ 申込みや問合せが電話だけというのは少しハードルが高いのでは。
・ 室内でもできるペタンクも取り入れたらどうか。

熱心にやっていることは良いが、結果はどうか。効果はあったのか。この視点でも評価しながら取り組まないといけないかとあらためて感じています。

ペタンクのちらしは商工会会員宛配布書類へ混ぜていただけるとなりました。また、商工会本所にペタンクDVDを置いていただいています。私たちに「元気が出る大きな支援」です。



寒風を防ぎ あったかい

新年早々、ペタンククラブ高月の方が「あったかハウス」で練習をしました。外はこの冬一番の冷え込み。風があり雪も積もる朝でしたが、ハウスの中は別天地。十時ごろになると日差しもあって暖かく感じられるほどでした。会員の皆さん、この施設を自由に使ってください。一人でも構いません。いつでも遠慮なく利用ください。井上は毎日練習しています。



みんな利用してください

積極的に生きる 明日への元気の源

知的で粋なフィジカルレクリエーション活動で、地域の仲間や職場、団体の交流には最適な種目です。

私は、余暇さえあれば和やかにふれ合う練習会交流会や競技力を競う大会に参加します。そこへ行くと、退職後の健康管理や趣味を広げたい人、他と出会いふれ合いたい人、気軽にスポーツを楽しみたい人、ペタンク競技を知りたい人、リハビリをしたい人達がそれぞれ目的を持って集まりペタンクを楽しんでおられます。私はここで鋭気を養っています。

私は、健康の秘訣は自発的に社会との繋がりを持って、まずは自分がやりたいことを見つけ精一杯楽しむこと、それも世代を越えた方々と交流する、そして歳を重ねても常にチャレンジ精神を忘れず勇気を出して自己表現する等積極的に生きることを学びました。

私のペタンク歴は40年になり、退職後は毎夏渡仏して本場のダイナミックなペタンク競技を10数年間体験し、余暇を満喫しました。平素は近隣の友人や遠方の方と集い、一時を普段の生活から離れて、無我夢中になって楽しんだ後の清々しさが明日への元気の源になっています。

私は、米寿を迎えますが、ペタンクのお陰と感謝し、この先続く限りお陰を得て、健康寿命が更に伸びれば望外の幸せと感じています。

私の健康法

「ペタンクと私」



毛利 鏡子

私は、高等学校保健体育の教師を勤めました。

昭和40年代に県教育行政に携わっていた時「県民が心身共に明るく健康な日常生活を営むことができるレクリエーション活動」の普及事業に取り組みました。

その頃日本に上陸したペタンク(発祥地仏国)に出合い即刻ニュースポーツとして普及を始めました。

早晩私自身がその魅力にハマり、ペタンクが私の「生涯スポーツ」となり、余暇を楽しみました。

ペタンクは、直径3cmの目標球に直径7cm前後の金属製球を1チーム3人で投げ合い、相手より近づけることで得点を競うスポーツで少しの空地があればいつでも誰でも気軽に楽しめます。

ルールは至って簡単ですが、プレーをするうえで、仲間と相互信頼協力した頭脳プレーと自身の技能にかける集中力が養われます。また、穏やかな身体活動の

県ペタンク連盟前会長(毛利鏡子さん)の「ペタンクと私」が教育職員退職互助会報に掲載されました。紹介します。



これからもペタンクを楽しみましょう

