



アコースティックバンド「テノヒラ」のボーカル 愛南町出身の kiku さんがつづるふるさとエッセイ

— あいなん音故地新 —

動けば得られる

元々ひとつの場所にとどまるのが苦手な人間なんやけど、今年は年女記念ということで、未だかつてないほど動きまくってる。2月に行った幼馴染との竹富島の旅が一年前に思えるくらいや。それから台湾に行き、5月はシンガポールとマレーシア、翌週は城辺小学校の運動会で踊って走り、愛南町のトライアスロンで歌って鍼を刺し、東京に戻ってイベントを開催し、あっという間に7月。そしてこれが配布される頃には竹富島で施術をしとる。

やってみて、行ってみたいと思うことは『動かんかったら得られんもの』がいっぱいあるということ。その場所と人は、そこにしかない。向こうからやってきてはくれんから、自分が足を運ぶんや。時間もお金も遣うけど、それ以上のものがある。思うことは口にして、やりたいことは行動に起こし、とりあえず動いてみる。この大切さを48歳になって改めて噛みしめとる。そして、そういう日々がとんでもなく楽しい。もう少し体力のあるときに気づいとればもっといろんなところに行けたかもしれんな、とも思うけど、この歳やけんわかること、見えることっていうのも必ずあるけんね。過去を悔やんでも仕方がない。

さあ、動け、動け、動くんや。

(テノヒラkiku)



御荘文化センター図書室より

“8月の新着図書ピックアップ”の紹介

【ティーンズ】

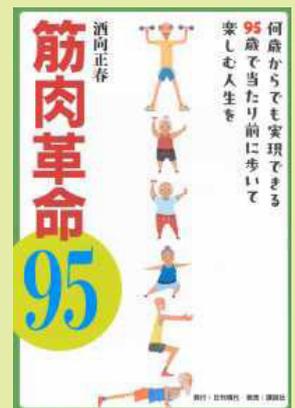
『ちいかわ英単語 1100語
からかためる中学英語』
ナガノ(イラスト)
メディアビーコン(編著)
講談社(発行)



ちいかわたちと一緒に中学英語の基本単語を学べます。基本的な動詞や代名詞、ぜったい覚える英単語220、いっぱい出てくる英単語220、もっと役立つ英単語215、など収録語数は1100以上。ちいかわたちのイラストとセットになっているので記憶に残りやすくなります。夏休みの読書にピッタリです。

【健康医学】

『筋肉革命95』
酒向 正春(著)
日刊現代(発行)



人生100年時代に向けて健康は大きな関心事です。95歳でも非介護の社会実現のため、著者が提唱する「サコーメソッド」は、年齢より20歳若い体を維持し、筋肉と骨、脳の連携を促進して健康寿命を延ばすことを目指しています。高齢患者の事例も紹介し、老後の楽しみ方などもわかりやすく解説しています。

御荘文化センター図書室では、毎月「御荘文化センター図書室だより」を発行しています。図書室だよりを通じてピックアップ図書以外の新着図書情報やそのほか新しい情報を皆さまに発信しています。町のホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。



愛南町
ホームページ