

# くしまにあ

このページは読者の皆さんからの声にふれあう場です。いろいろな声をお寄せください。



## 9カ月で25kgの ダイエットに成功

●林康博さん

久しぶりに投稿します。私は9カ月で25kgのダイエットに成功しました。本来、血圧も血糖値も正常でどこも悪いところはないのですが、以前は口がイヤしいので95kgありました。これはやばいとある日思い、ダイエットを始めました。それが去年の6月15日のことでした。

私は都井の宇戸に住んでいます。毎日2時間かけて、2つのトンネルの旧道を歩いています。坂道ばかりで最初のうちは挫折しそうなきが何度もありましたが、今では歩かないと調子が悪いような気がします。それと、食事制限をしておりません。おかげさまで今年の4月1日には、70kg

に達しました。ダイエットのおかげで人生も変わったし、すべてにプラス効果です。今日の朝も都井のトンネル付近を歩いています。



毎日2時間の運動とは驚きました。地道な努力の積み重ねがダイエット成功の秘けつですね。健康な体があるからこそ心にもゆとりが生まれ、前向きに考えられるのです。

## 古代の人類に思いを抱く

●河野浩泰さん

日本の歴史上で、小中学校等で習った範囲で、私たちが日本人のルーツは、歴史学上、縄文弥生時代と、現代からすると数千年以上も昔に、人類は生きていた。

テレビもケータイもない時代。そして目を悪くしてもメガネもない時代。我々の先祖はおそらく、人類の(動物上)持つ『五感』をフル活用して生きてきたのだろう。そして、現代社会は(私も含め)、ケータイなどあまりに科学の電気製品に頼りすぎていないか? 確かに人類の持ついた五感を磨くべく、私は時々家の中で、目を閉じて何m歩けるか。ミッションをしている。古代人参りました。

文化が発展し、昔に比べるととても便利になりましたね。携帯電話やテレビなどが無い生活を考えると、昔の人の偉大さが分かりますね。時には『五感』をフル活用してありのままに生活してみるのがいいですね。

テレビもケータイもない時代。そして目を悪くしてもメガネもない時代。我々の先祖はおそらく、人類の(動物上)持つ『五感』をフル活用して生きてきたのだろう。そして、現代社会は(私も含め)、ケータイなどあまりに科学の電気製品に頼りすぎていないか? 確かに人類の持ついた五感を磨くべく、私は時々家の中で、目を閉じて何m歩けるか。ミッションをしている。古代人参りました。

## 春の訪れ

●リナママさん

マイ庭にも春の訪れです。梅が咲き、次は桃、そして桜の花。草取りが好きになり、庭が少しずつにぎやかです。

思い通りにならないときがありました。悲しみを乗り越えるには、自らへの視線を少しずらして大切な誰かを思いやるのが一番いいのです。勝てなくても負けなければいい。好きになることがとっても良いスタートだとつくづく思い考えた今年の春です。

春の訪れを「花」が教えてくれるなんて、とても素敵ですね。きつと色とりどりの草花に囲まれたお庭でしょうね。思いどおりにならない日もありますが、四季を感じながら前向きに過ごしていきたいですね。

## 産んでくれた親に感謝

●百野達夫さん

「産んでくれた親に感謝しなさい」と言われても、子どもにしてみれば、自分の意志でこの世に生まれてきたわけではなく、むしろ、生まれることを望んでいるのは親の方だろう。子ども時代はそう思っていた。

た。そうして子どもは親に貸しを作って生まれてくる。その上、好かない物を食べさせられたり、勉強をさせられたり、望まないことを強要されながら子どもは成長していく。子ども同士は小さな世界でも辛いことはあって、そういう中を生き延びなくてはならないときには、この世に生まれてきたことを恨むことさえある。それもこれも親が勝手に自分を産んだからだ。やがて、成長して自分の意志で行動できるようになると、そこからやっと生きていくことの喜びを感じるようになる。そこで初めて『産んでもらった親に感謝する』『気持ちが湧いてくる。やっとなんか貸しが解消する。産んでくれた親に感謝して親孝行をしなればならない。』

確かに、大人になって初めて、本当の意味の『親のありがたみ』を知ることができても遅いかもしれません。親孝行に早いの感謝を伝えてみてはいかがでしょうか。

# みんなの広場

## 受章おめでとうございます

平成27年度春の叙勲等において、串間市から4名の方が受章されました。

### 春の叙勲(1名)

#### 瑞宝双光章(消防功労)

矢野 貞次さん 元串間市消防団長



#### 受章者のコメント

消防団員をはじめ、関係者のみなさんの支えがあって続けてこれました。今回の受章にあたり、みなさんに感謝したいです。特に、妻の支えには感謝しています。

### 第24回危険業務従事者叙勲(3名)

#### 瑞宝单光章(防衛功労)

西田 康弘さん 元准空尉



#### 受章者のコメント

それぞれの赴任地において、良き先輩、同僚に恵まれ、ご支援、ご指導いただいた皆さまのおかげです。また、この間を支えてくれた家族にも感謝しています。

#### 瑞宝单光章(防衛功労)

吉山 繁展さん 元3等空尉



#### 受章者のコメント

身にあまる章をいただき光栄に思います。これも家族、特に妻の支えがあったからこそだと感謝しております。これからも章に恥じないように精進していきたいと思っております。

#### 瑞宝单光章(消防功労)

林 勝彌さん 元串間市消防司令



#### 受章者のコメント

与えられた仕事をこなしていただけですが、このような章を受章して大変恐縮しています。上司、同僚、後輩に恵まれました。とても感謝しています。

## 桂原地区で集落営農組織を 設立しました



4月25日、桂原地区で集落営農の基礎組織となる「桂原農用地利用改善団体(組合員124名)」の設立総会が開催されました。この総会で規約や役員が決定し、今後は「集落の話し合いの場、相談の場」として、耕作放棄地の解消・防止のほか、作付地の集団化、農作業・農業機械の共同化を進めていくこととしています。

## 広報紙で紹介したい記事は ありませんか?

あなたの身近な出来事やイベント案内など、掲載をご希望の方はご連絡ください。  
●問い合わせ先=総合政策課情報政策係  
☎ 71-1041 (直通)

## お便り・投稿募集しています。

下記QRコードをご利用ください(紙面に限りがあるので、すべての投稿を掲載することができません。あらかじめご了承ください)。  
①名前(ペンネーム可) ②連絡先  
③コメントを必ず添えてください。  
●Eメールアドレス  
info@city.kushima.lg.jp



## ●伝言メッセージ例

### じいじ・ばあばへ

じいじ、ばあば、いつもありがとうございます。たくさん長生きして、一緒に遊んでね。

アビちゃん

お便りお待ちしております。