

# 1♡ラブクラブ ～私たちの活動日誌～

## Vol.10 勇進会 芝山道場

私たちが稽古をしている空手は極真空手の流れをくむフルコンタクト空手（※）です。芝山道場では試合で勝つことよりも、自分より強い人にも恐れずに挑む心の強さと目標に向かって努力する気持ちを大切に日々稽古に励んでいます。

極真空手という強い人が習うものというイメージがあるかもしれませんが、気持ちの弱い人にこそ向いている武道ではないかと思えます。弱い自分が少しずつ心身ともに強くなることで、自分に自信が持てるようになり、弱い人の立場に立って物事を見ることができるからです。芝山道場生も、入門したときはどちらかという気持ちの弱そうな子どもたちでした。しかし稽古を重ねるたびに強くなっていき、試合でどんなに痛め付けられても折れない心が身に付いてきました。

また、治安が良いとは言えない現在、自分の身は自分で守る「護身術」として空手を覚えるのもいいと思えます。少しでも空手に興味のある方は気軽に見学へお越しください。

※直接打撃制ルールを採用する空手のスタイル



### 活動メモ

対象者／幼児（4歳児）～一般  
ダイエットや運動不足  
解消に興味がある方

活動日／木曜日 午後7時～8時  
30分  
土曜日 午後6時～7時  
30分

活動場所／芝山中学校武道場  
連絡先／吉川 真悟  
☎090-1048-4147

### あとがき

◆晴天に恵まれたゴールデンウィーク、私は山形県米沢市へ旅行に行きました。昼食にそばを食べようと思い、地元の名なそば屋へ。出てきた料理の中にあつた山菜が、とてもおいしかったので、店員のおばあさんに山菜の名前を聞いてみました。すると帰ってきた答えが方言で、半分意味が分からず…。◆現在ではテレビなどの影響で地方独特の方言が失われつつありますが、最近では方言を後世に伝えていこうという活動があったり、若者の間で「方言女子」が密かな人気になっていたり、復権を果たしつつあります。その土地に伝わる言葉は「文化」ですので、大切に伝えていきたいですね。

◆皆さんは、『握らないおにぎり「おにぎりず」』ってご存知ですか？おにぎりずとは、ラップの上ののり・ご飯・具材を順番に乗せ、のりの四隅を折って四角にしたものだそうです。手軽で見た目も華やか、お弁当にもぴったりサイズの「おにぎりず」。これから開催される運動会や遠足などに、おススメです。◆とは言っても、既に昨年の9月頃から某料理サイトでこのレシピは話題になっていた模様。料理の流行に疎い私は、今月号の「本の数だけ知恵がある（17ページ）」でこの本を紹介するのをきっかけに、初めて知った次第であります！◆「料理はしたい自分量」と自分に言い聞かせてはきましたが、そろそろ美味しい料理を作ってみよう…。まずは簡単な「おにぎりず」に挑戦し、料理のレパートリーを1つ増やしたいです。