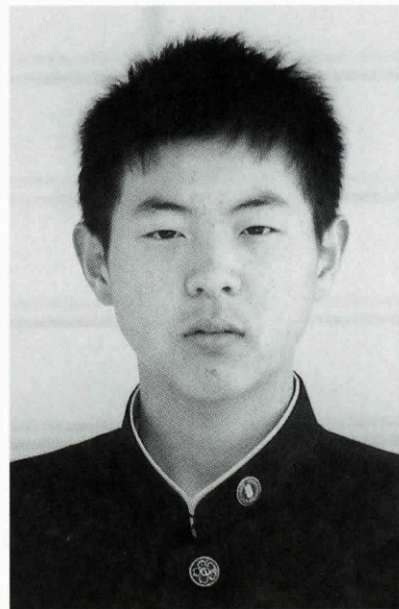


# ながとじん 長門人



## 通中野球部復活

— 連絡帳 —

**澤村 拓哉** さん  
さわむら たくや／平成元年生  
通中学校3年／通14区

今から3年前、通中野球部は新1年生7人によって復活しました。野球部が復活して1年後、僕は通中に入學し、野球部に入りましたが、その頃はなかなか勝てませんでした。しかし昨年度は、地区大会で準優勝し、県大会に出場することができました。おしくも1回戦で負けてしまいました。県大会に通中野球部が出場したのは、32年ぶりのことでした。これはとてもすごいことだと思います。地元はとても盛り上がりました。



たちが3年生です。4月17日に行われた春季球技武道大会では、準決勝で負けてしまいました。この悔しさをバネに部員一丸となって、またこれからがんばっていきたくと思います。



**細田 キクヨ** さん

ほそだ きくよ／85歳／通12区

## 仲間とのふれあいを楽しみに

— 達者です —

通第4老人クラブの会長を15年も務めている細田さん。クラブのまとめ役で、「みなさんのお世話をすることで元気を保てます」と話します。

細田さんの朝は、お寺参りから始まります。毎朝6時過ぎにはお寺に参りお墓の掃除をすることが日課となっており、「これをしてないと一日が始まらない」とのこと。息子さん夫婦と暮らす3人家族で、布団の上げ下ろしなど家事全般もこなされるそうです。健康の秘訣を尋ねると、「毎日、腹式呼吸と軽い体操、そして青竹踏みをやっています」と。一日三食きちんと食べて、嫌いなものもないそうです。

そんな細田さんの楽しみは、老人クラブの仲間とのおしゃべり。

老人憩いの家では仲間との談笑のほか、カラオケをしたり、古新聞や牛乳パックなどを再利用して、腰掛けなどの生産活動も行っており、細田さんは仲間とのふれあいを楽しみに積極的に参加されているそうです。



老人憩いの家で老人クラブの仲間と