

ノイエスだより

ノイエス朝日(朝日印刷工業株式会社)
前橋市元総社町六七番地
電話 027・255・3434
FAX 027・255・3435

先日、「第一回ペポまつり」が前橋プラザ元氣21で開催された。

前橋市市民活動支援センター主催でPeople Powerの略)登録団体の活動発表会の第一回目という。

休暇をとってアロマテラピーのハンドマッサージのボランティアで一日参加した。七人八人のハンドマッサージをする合間をバターンナイフ作りや木の枝でブローチを作るブースで何年も活動している方々から指導していただき立派なバターンナイフとブローチを持ち帰った。

フォークダンスは綺麗な民族衣装を着たペアが楽しく踊り、また、社交ダンスでは二十代のように若々しく楽しく、そして真剣に踊る人々の表情が素敵に見えた。着物着付けの実践や合唱などもあり賑やかな一日だった。日常の仕事や生活では、なかなかお会い出来ない人々と交流がもて充実した一日となった。社会に属しながら、意外と狭い行動範囲で動き回っていることがわかり、新たな場所には新鮮さと発見があった。

ハンドマッサージを一人に十分間程度しながら、いろいろなお話をした。特に七十代〜八十代の方が多かったので健康について、食事についての内容が多かった。定期的に行っている県立心臓血管センターでのヘルスマップ教室での医師や健康運動指導士、栄養管理士、薬剤師などの専門チームによる講義が少しは身につけて、さらにアロマテラピーの先生からの指導と併せてお話しが出来、マッサージを受けてくださった方々もとても喜ばれ、嬉しかった。自分の健康はもちろんだが、自分が学んだ事が少しでも人の役に立てるという実感は「ハンドマッサージ」という相手の手に触れながら、その方とお話しをする事でさらに心に響いた。

厚生労働省の資料を見ると日本人の運動習慣者(一日に三十分の運動を週二回以上実施している人)は増加しているという。そして、男性で一日九二〇〇歩、女性で八三〇〇歩が目標。しかし、高齢者においては、一日十分間程度の運動や一日二十分程度のウォーキングと無理のない運動が望ましいとか・・・。ペポまつりに参加して、健康で毎日過ごすには睡眠、食事、運動は当然ながら、知識や経験を生かした地域活動やボランティア活動で社会との関わりをもったり、趣味や稽古事など社会参加を積極的にする努力が必要のようである。それには、食事の摂り方、運動の方法などは、専門家や若い次世代の知識や指導をおおいに受ける機会を見つけるべきであると思った。

(武藤)

ノイエスの展覧会

綿貫哲雄作陶展 <企画>

会期 三月三日(土)〜十一日(日)
午前十時〜午後五時

小野養豚ん BORN TO LIVE <企画>

会期 三月十七日(土)〜二十五日(日)
午前十時〜午後五時

沼田市の養豚場で生まれ育ち、現在、神奈川で講師をしながら制作を続ける小野養豚ん(裕子)さんの群馬初の個展です。今年、ノイエスでは「BORN TO LIVE」と九月に「LIVE TO FARRROW」と二回に分けて企画しました。生きること、そして食べることの根源とでも言える作品を作り続ける小野さんの作品に触れて考えてみて下さい。

ギャラリー・クロス・トーク

「うまれるいきるたべられる」

河内世紀一×小野養豚ん

日時 三月十七日(土) 初日 午後三時〜四時三十分

無料(ドリンクサービス付)

* 小野養豚ん作品カタログ(有料) 販売します。

中島裕明絵画展「海と川と・・・」 <企画>

会期 三月三十一日(土)〜四月八日(日)
午前十時〜午後五時

太田市在住、中島裕明氏のノイエスで初の個展です。スケッチで歩いた風景の中でも海、川・・・など水のある風景をテーマに描いた作品を展示します。会期中は作家が在廊していますので、是非お出かけ下さい。

県内の展覧会情報

第三回 丸橋有象 風景写生展

風の谷を下る 昭和村から前橋まで
会期 三月二十三日(金)〜二十九日(木)
午前十時〜午後六時

*初日は午後二時〜 *二十七日は休館日
会場 前橋市民文化会館 小展示ホール
電話 027・221・4321

東海道五拾三次

広重「狂歌入東海道」(佐野喜版)と
東京漫画会メンバー十八人による「東海道五拾三次漫画絵巻」

会期 (開催中)〜三月二十五日まで 月曜休館日
午前十時〜午後五時(入館は午後四時三十分まで)
会場 大川美術館(電話 0277・46・3300)
入館料 一般一〇〇〇円

一菜情報・・・春に向けて

薺(ナズナ)

子供の頃に野原にやたらと咲いていたペンペン草。三味線のバチのような実を少し下向きに引っぱってチャラチャラ、パラパラ・・・と変な音がして、夕焼けの土手から不思議な世界へ入り込んでいけるような誘い音のような記憶があります。

春の七種(ななくさ)の一つですから、白い花は茹でて鶏のささ身を茹でたものと辛子和えにしたり、酢味噌で食べる酒の肴の一品になります。

一月七日には七草粥を食いました。昔のように御節料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬にビタミン、ミネラルを補うといった理由で食べている訳ではありませんが、邪気を払い、万病を除くとしての風習として食っています。

一言お礼を・・・

一月に開催いたしました「X氏のコレクション展」の折にX氏所蔵作品の一部を販売し、全額を仙台ファイルに支援金としてX氏よりお送りしました。X氏及びノイエス朝日から皆様のご協力に心から感謝申し上げます。