



囲碁を通じて豊かな人生を

子ども囲碁教室指導者
齊藤 勝巳さん(口)

コツ、コツと碁石を打つ音が響く教室。真剣なまなざしで碁盤に向かう子どもたちを、穏やかな表情で見つめる。囲碁教室の指導は11年目を迎えた。

囲碁との出会いは、就職して間もない18歳のころ。囲碁が盛んだった職場で腕を磨き、後に旭囲碁同好会に入会する。囲碁を打っていると碁盤に熱中し、時間がたつのを忘れてしまうこともしばしばなのだとか。

「世の中のいろいろな人の助けによって、今まで生きてきた。それをどこかで返していこう」——。子ども囲碁教室は、齊藤さんのそんな思いに賛同した、同好会の有志たちと共にスタートすることとなった。

初めて碁石を触る子どももいる中で、指導方法に悩みながらも、対局の始まりと終わりには、きちんとあいさつすることを欠かさずに教えた。すると「甘えてばかり

いた孫が、囲碁教室に行くようになって、あいさつができるようになった。ありがとうございます」と言葉を掛けてもらえた。うれしかったですねと笑顔で振り返る。

別名“手談”ともいわれる囲碁。言葉を交わさずに打っていても、一手一手で相手と“対話”をすることから、囲碁を打つ者同士であれば、初対面でも友達になれるのだという。子どもたちには教室で友達になった仲間を大事にしてほしいし、覚えた囲碁を通じてもっと友達を広め、豊かな人生を送ってもらいたい。「子どもたちから、いつも元気ももらっています」と優しくほほ笑む。

行政へ一言！

囲碁を打つ人が少なくなっています。市の支援はありますが、囲碁という歴史ある最高のゲームをより多くの人に普及できるように、もっとサポートしてもらえたら。

【子ども囲碁教室】

褒めて伸ばすがモットー。丁寧な指導により、囲碁を基礎から学ぶことができます。毎月第1・3土曜日の午前9時～11時30分に市民会館で行われ、途中参加も受け付けています。



おいしく食べよう

旭産

簡単・ヘルシーレシピ



トマトやピーマンなどの緑黄色野菜は、体内でビタミンAに変わるカロテンなどを豊富に含み、油と一緒に取ると吸収が良くなります。また食パンを8枚切りに変えると、エネルギー約50kcal、塩分約0.3gを減らすことができます。

材料 (4人分)

食パン(6枚切り).....	4枚	トマト.....	中2個
ケチャップ.....	大さじ4	ピーマン.....	4個
A ラー油.....	小さじ1/2	玉ネギ.....	中1個
こしょう.....	少々	ピザ用チーズ.....	60g

野菜たっぷりピザトースト

VOL.42

1人分の栄養価 エネルギー273kcal、塩分1.7g

作り方

- ①Aを混ぜ合わせて、ピザソースを作る。
 - ②トマト、ピーマン、玉ネギは食べやすくスライスし、トマトはキッチンペーパーなどで軽く水気をおさえる。
 - ③食パンに①のピザソースを塗り、玉ネギ、トマト、ピーマン、ピザ用チーズの順にトッピング。
 - ④オーブントースターで10分ほど焼いて出来上がり。
- ※ピーマンの苦味が苦手な人は、繊維を断ち切るように横に切ったり、さっと湯通ししたりすると食べやすくなります。

旭市保健推進員協議会(☎63-8766・健康管理課 予防班内)

データシート

火災		交通事故		人のうごき		【7月1日現在】	
【6月】	平成25年の累計	【6月】	平成25年の累計	【6月の移動】		人口	68,638人 (▲43人)
建物火災	1件 (6件)	事故件数	153件 (921件)	転入	109人	男	33,607人 (▲21人)
その他の火災	0件 (8件)	死亡者数	0人 (0人)	転出	119人	女	35,031人 (▲22人)
						世帯数	24,936世帯 (▲9世帯)