



西中図書館 新刊オススメ本



『70歳、医師の僕がたどり着いた 鎌田式「かかと落とし」「スクワット」』
鎌田 實 [著]
集英社

今年3月、町で健康づくりをテーマに講演会を行った医師で作家の鎌田実さんの著書。

40年以上健康づくりのための運動に取り組んできた著者がたどり

着いた「最強の筋活」が紹介されています。

運動で体が引き締まり、ますますアクティブに活動できるようになった鎌田さんは、タイトな洋服を着こなし、オシャレも楽しんでいます。

場所を選ばず、道具も使わない「スクワット」と「かかと落とし」。何歳になっても元気に活動するために、今日から始めてみませんか？



『定年夫婦のトリセツ』
黒川 伊保子 [著]
S Bクリエイティブ

『写真を見ながら学ぶパッチワークの基礎BOOK』
ブティック社



『落日』
湊かなえ [著]
角川春樹事務所

『烈風ただなか』
あさのあつこ [著]
角川書店



町民ギャラリー 手芸友の会

作品名

- ◎つるし雛 (写真左)
- ◎フクロウ、カエル、亀、鶴、ドングリの飾り物、ハマグリ (右上段)
- ◎雨コートのリュック、着物地のバッグ、スラッシュバッグ、小物入れ (右中段)
- ◎パイナップル編みのベストとマフラー、リバーシブルベスト (右下段)

作品作りを振り返って

手芸友の会に入り、町内の皆さんと交流が生まれました。先生や友達に教わりながら、楽しい時間を過ごしています。作品は簡単なものから少しずつ教わりました。特につるし雛ではいろいろな工夫を教えてもらい、芸術村で講師の地域おこし協力隊員に台の作り方を教わったことがいい思い出です。仲間と励まし合いながら続けてこられたおかげで、たくさん作品ができました。これから時間をみつけて、仲間と楽しい時間を過ごしていきたいです。



今日は、
佐藤 タミコさん (上野尻) の作品です。

町チーム躍進 3回戦まで勝ち進む

第13回福島県市町村対抗軟式野球大会



1回戦で先制の三塁打を放つ三留選手 初戦で力投する佐藤投手

9月7日、郡山市のヨーク開成山スタジアムで開幕した第13回福島県市町村対抗軟式野球大会において、西会津町チームは出場以来初めて3回戦まで勝ち進み、大きく躍進しました。今月はその戦いの様をお知らせします。

1回戦 対松枝岐村

西会津町チームの選手団は、9月7日午前10時からヨーク開成山スタジアムで行われた開成式に出席した後午後1時から行われた第2試合で松枝岐村チームと対戦しました。
1回に3番赤城選手が左前打で出塁すると、4番三留選手の手前適時三塁打で1点を先制し、その後も小刻みに点を重ね、松枝岐村チームに1歩もリードを許さず、7対3で勝利しました。

2回戦 対富岡町

2回戦は9月22日、須賀川市の牡丹台野球場で午前10時から行われ、第2試合で富岡町チームと対戦しました。
序盤は競り合うゲーム展開となり、3対3の同点で迎えた5回、無死2、3塁から3番赤城選手の遊ゴロの間に3塁走者の奏選手が生還し勝ち越し、その後4点を加えリードを広げました。リズムをつくった西会津町チームは最終7回にも5点を加え、13対4で快勝しました。
2回戦までの合計得点は20点と、打線の好調さが続き、3回戦に向けて選手の皆さんの士気はさらに高まりました。

3回戦 対須賀川市

3回戦は、2回戦から1週間後の9月29日、本宮市のしらさわグリーンパーク野球場で行われ、第1試合で前年度優勝の須賀川市チームと対戦しました。第1試合は午前8時半開始のため、町チームは午前5時10分に町を出発し、選手の皆さんは早朝から試合に向け調整をしました。
小雨交じりの中、試合は序盤、先制のチャンス逃した後の3回に1点を奪われ、緊張感漂う中、1回戦から先発を任せられ、これまで好投を続けてきた佐藤大投手が相手打者から本塁打を浴びるなど、4回までに5点を失う苦しい展開となりました。
好調を維持していた打線も得点圏にランナーを進めるもののあと一本が出ず、0対5で、3勝目には届きませんでした。選手たちは前年度優勝チームとの試合を通して大きな自信をつけ、来年に向けてさらなる目標を掲げることができました。

