

いきいき  
ライフ  
に乾杯!

## 「負けるが勝ち！」の精神で

常念寺保育園 理事長 内藤純さん(79歳)



世界ベテランズ国際柔道大会やマスターズ柔道大会などで何度も優勝しているアジアでは負けなしの柔道家である内藤さんは、子どもころは卓球や体操競技などのスポーツに親んでいました。しかし、20歳を過ぎて柔道の黒帯を授与されたことから、それに相応しい力をつけようと奮起して柔道の練習に励み、現在に至っているそうです。

## \* 柔道の指導

内藤さんはご自身で活動される一方、地域の子どもたちにも長年にわたって柔道の指導もされてこられました。その指導の中心にあるのは、『負けるが勝ち』の精神です。最初は上手へ出来ななくても、あきらめな

く続けることで、いつか花が咲くように結果が出る。今まで負けていた人が勝つことがある。これこそがまさに『負けるが勝ち』なのです。そんなことをいつも子供達に話しています。そして、皆でハッピー(柔道を通じて心身が丈夫になり、その健全な心身を社会に役立てるようになる)になることが理想なのです。

## \* 体力の維持

内藤さんはお寺の住職をつとめておられますが、仕事の傍ら、毎日、腕立て伏せや懸垂、バーベル上げなどで筋力を鍛えるなど、まさに若い人と同じようなトレーニングをしているそうです。つらいけれども続けることが健康でいられる秘訣だと話してくれました。

## \* これからは

今までと同じように「マスターズ大会に参加すること」と同時に「大好きなスキもやりたい」と、本当に衰えなど感じさせないしっかりと口ぶりです。高齡化時代に生きる私達にとって、これからも素晴らしいお手本となってくれたいと思います。

第2回  
女性活躍応援講座

12月1日(日)に市民プラザ小ホールにて、第2回女性活躍応援講座「パパとキッズのからだ遊び講座」を開催しました。



親子でふれあう様子

この事業は、家庭内における男性の育児参画を目的としたもので、当日は、17組の参加があり、大変賑わいのある講座となりました。

男性の育児参画は、女性の負担軽減及び社会参画を推進します。

核家族化が進行する昨今、育児や介護は、男女で分け合い担わなければ立ち行かない状況にあります。

そのため、本課においても、こうした現状を踏まえ、男性の育児参画を促す講座を今後も継続していくこと

## \*\*\* 編集後記 \*\*\*

昨年のラグビーワールドカップ2019日本大会の当時、完全なる「にわかファン」の私はワクワクしながらTVに向かって声援を送りました。それまでアメフトのスーパーボールをTV観戦し、大男達の激しいぶつかり合いと戦術に興味していましたが、防具をつけない生身のラグビーがあればどこまで素晴らしく、また紳士的なスポーツであることを50歳を過ぎてから改めて知りました。「あしかがラグビースクール」から将来の日本代表が出たら嬉しいですね。さあ、今夏は自分が生まれる2年前に開催された東京オリンピックが56年ぶりに開催されます。アスリートたちの熱戦に今からワクワクしています!(H・G)

もに、介護の分野においても、男性の参画を推進できる取組も展開していければと考えています。

女性がイキイキと輝き活躍できる社会を創出するためにも、今後とも市政へのご理解、ご協力をお願いします。