

Q.  
太極拳ってな  
んだらう？



A.  
太極拳とは、中国から伝  
わった武術であり、健康  
法であります。ぜひ、み  
なさんも体力向上と健康  
のために太極拳をやって  
みませんか！



## ☆黄河健康クラブの 活動日時と場所

〈活動日〉  
毎週木曜日

〈時間〉  
午後2時～午後4時

〈場所〉  
玉村町文化センター  
視聴覚室

皆さんも是非体験に  
いらしてください！ 😊

〒370-1105  
群馬県佐波郡玉村町福島325



# 黄河健康クラブ



# 〈体験したこと〉

## ・ 24式太極拳

24式太極拳には、**払う・押す・引く・蹴る**などの動作があります！！

## ・ 太極扇

太極扇は、最近注目を集めている太極拳です。

優雅な動きと、力強さを併せ持った扇の動きは、太極拳を練習しているものにとって、一度は学んでみたい太極扇。

開いたら音が出る竹製で、持ちやすい太極扇です！！



実際にやっている様子です

**周りの空気が変わる。**

さっきまでニコニコしていた方たちが、音楽が流れると一気に集中しました。文化センターの一室が、まるでステージのように輝かしくなる。流れている音楽はまるでオーケストラの演奏しているクラシックのようで、その美しい音楽と動きに、もうあなたは目が離せない。続きは文化センターで\_\_\_\_\_。

どんな音が鳴るかな？



体験してみて  
分かったこと、感想



健康になれて、運動にもピッタリの太極拳です！体験してみましたが、なんだか健康になった気がしました！  
杉本



健康や体力向上にも適している太極拳！動きをたくさん覚えるため、頭の体操になるそうです！

相原

【編集者】

- ・ 杉本
- ・ 相原

## 〈玉村町防災を 考える会とは〉

玉村町防災を考える会とは、自分達の防災に関する知識や技術をより高めるために役員会や総会をはじめ、あらゆる機会を通じて勉強会を開催しています。従って、**年間を通じて繰り返し実施しています**。玉村町内のあらゆる組織・団体から要請に基づき、「**防災講座**」や「**防災研修会**」と称して会員スタッフが会場に出向き、年間相当数を開催しています。

## 〈玉村町地域防 災計画とは〉

玉村町地域防計画とは、町民の生命や財産を災害から守るための対策を実施することを目的とした計画です。

具体的には、学校施設の災害予防や建物以外の施設の補強・整備などに関する内容が定められています。

例えば、「**老朽建物の改築を促進**」をしたり「**校舎等の定期点検・臨時点検**」をするなどの取り組みが行われています。

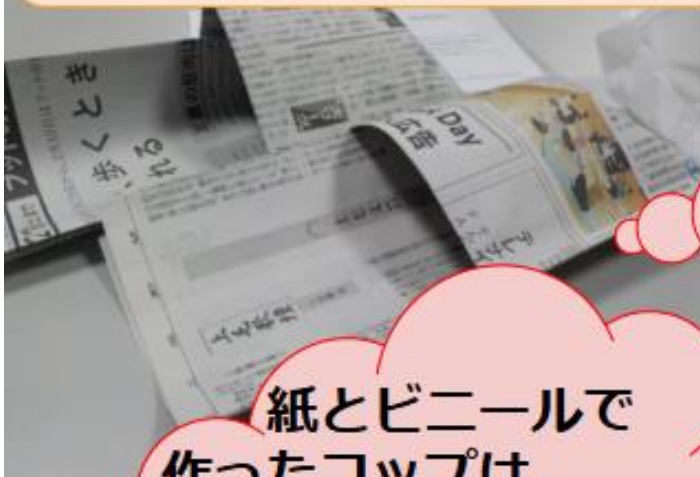


玉村町  
防災を

考える会



## 体験したこと 〈いざという時に備えよう!〉



紙とビニールで作ったコップは、例えば4人家族でペットボトルの飲み物が3本しかないとき、均等に飲み物を分けることができます。

新聞スリッパは避難所がびちゃびちゃで座れない! そんなときに使います。  
1足分もらいました。



簡易トイレに座らせてもらいました。手作りでも用意しておくといいと思いました。



## おすすめポイント



どんな災害が起こるかわからない、避難所で使える便利なものを知ることができました。

Y.T.



いろいろな対策方法をわかっているからこそ家族や友達に教えられるのでいいなと思いました。

A.Y.

### 〈参考文献〉

玉村町住民活動サポートセンター『ぱる』 HP  
玉村町地域防災計画  
〈編集者〉

Y.T.・A.Y.

令和6年度 中央小6学年 発行

玉村町防災を考える会  
とは何をやる会なのか。

内容は、日にちごとに  
変わります。

勉強会や防災講習会  
などを行っています。



令和6年度の活動の様子



非常時の  
トイレ



新聞で  
作った  
スリッパ



簡単に  
作れる  
コップ

玉村町防災を考える会の  
詳細

会員：33名（2024年度）

活動内容：地区講習会  
防災キャンプ  
視察研修

玉村町防災を考える会

災害時には、  
何をすると良いか

- 1、防災アイテムを用意！  
無い場合は、作るなどして防災アイテムをまとめて用意しておくのが良いです。
- 2、ハザードマップを確認！  
逃げる場所が分かるとより安全です。



## ハザードマップは どこに置いておくか。

ハザードマップとは、  
避難所や、安全地帯など  
が書いてある地図です。  
一家に一冊配られていま  
す。皆さんのハザードマッ  
プはどこにあるか知ってい  
ますか。  
玄関や目につくところ、  
よくいる場所などに置くと、  
災害が起きててもすぐに、  
ハザードマップを確認して  
逃げられます。



## 防災アイテムの 避難所での使い方

- ・簡単に作れるコップ  
紙とビニール袋で作れます。  
これは飲み物を安全に分ける  
ことができます。
- ・新聞で作ったスリッパ  
とても足が温まり靴の代わり  
になってくれます。
- ・非常時のトイレ  
ゴミ箱などにビニール袋を  
かぶせたものです。  
使ったあとは、猫砂や凝固剤  
などをふりかけて袋ごと捨てま  
す。



初めての  
お琴の会  
とは？




住民の方が、琴のことを教  
えてくれるところです。  
優しく教えてくれるので、  
琴をやったことない人（初  
心者）におすすすめです。

じゅうみんのかたが、ことの  
ことをおしえてくれるところ  
です。やさしくおしえてくれ  
るので、ことをやったことの  
ないひと(しよしんしゃ)にお  
すすすめです。

玉村文化センター  
場所

たまむらぶんかセンター

ばしよ 



☎0270 65 1110

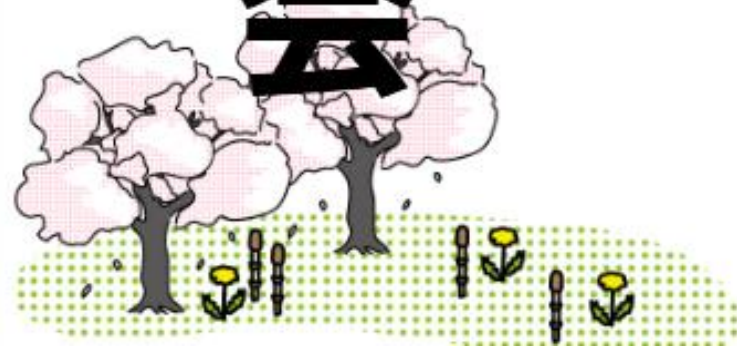
〒370-1105 群馬県佐波郡

玉村町福島 3 2 5

ぐんまけん さわぐん  
たまむらまち ふくじま



は  
じ  
おめ  
ごと  
琴て  
のの  
会



# おことのすばらしいれきし お琴の素晴らしい歴史

なら

むろまち

- ・ 琴は奈良時代、中国から伝わりました。室町時代から、江戸時代にかけて本格的に広がっていきました。
- ・ 琴は龍をモチーフに作られており、弾く方の

そくめん りゅうぜつ

「龍頭」の側面を龍舌といい、ここには、様々な  
絵・図案が描かれています。 ↓龍舌



お琴のここがスゴイ！

琴柱 (ことじ) ↑

- ・ お琴はどんな音もだせる!! 琴についての琴柱 (ことじ) の位置を動かすと、どんな音も出ます！
- ・ 琴をすることで、いろいろな能力が上がる!! 琴をすることで**思考力・表現力・集中力・忍耐力・協調性・共感性**が上がります！

きょうかん

にんたい きょうちょう

# お琴をやって 感じたこと♪

- ・ お琴のいいところは、どんな音でも出せるところだと思いました。僕は、お琴をひいてみて、とても楽しかったです。
- ・ はじめは難しかったけれど、上手にひくことができました。



令和6年度 中央小6学年 発行



〈草刈りの会の情報〉

令和5年の6月に、文化財 重田家住宅の周りに草があまりにも生えていたため、この会を結成しました。

【必要なもの】

- ・軍手
- ・虫除け
- ・長袖 (自由)
- ・長ズボン



# 若者部員 大募集中!!

子どもも大歓迎!!

子どもでもゴミ拾いなど活動できるので簡単で作業しやすい!!

〈活動内容〉

月二回

第一・第三水曜日

A.M8時から

1時間ぐらい

〈編集者〉

- ・吉田颯馬・杉山蒼空
- ・阿部みずき・塩野稜弥

文化財草刈りの会



## 〈体験したこと〉

実際に草刈り機を持って  
みたり送風機を使ってみ  
たりしました。

送風機は軽く、子供向け  
です。草刈り機は少し危な  
いし少し重いので、子ども  
がやる場合は大人の手伝  
いや文化財草刈りの会  
の人の教えを元にやらないと  
怪我をしてしまいます。

体験はとても楽しく、子  
どもも入ってみたら楽しく  
なると思います

## 〈みんなの質問コーナー！〉

Q 1 草刈りって、  
子どもは危ないと思うの  
ですが大丈夫ですか？

Q 2 年齢差があって  
なんか入りづらいの  
です…。

Q 3 ベテランの人に厳  
しく言われそう…。

## 〈みんなの回答コーナー！〉

A 1 大丈夫です!!  
草刈り機は危ないので、庭  
の草取りや片付けをしま  
す。手伝ってもらえると大  
変助かります。

A 2 みんなのおじい  
さん・おばあさんのお手  
伝いだと思って参加して  
みてください。大歓迎で  
す、是非入ってください。

A 3 文化財草刈りの  
会の方は、優しく教えて  
くれます!!自分のペース  
でやれます。



甲冑とは  
武器の攻撃を  
防ぐもの。  
主に戦があっ  
た、鎌倉時代  
源平の戦いご  
ろに多く使わ  
れた！



## 団体の詳細

### 設立日

平成20年7月

### 活動場所

角淵の個人倉庫  
及び会員自宅

### 時間

不定期

なぜ甲冑を作るのか  
まつりの道具として  
甲冑を作っている

玉村  
甲町  
冑手  
愛づ  
好く  
会り

# 体験したこと

編集者

根岸蓮弥 塚田龍桔

高岸咲也 堀谷慶士

令和6年度 中央小6学年 発行

# 体験してみた感想

・甲冑は意外と身近な物  
で作られていました。

・甲冑はお金や手間も多く  
かかるのに、作っているの  
はすごいと思いました。

・玉村町の歴史として  
甲冑を作っていること  
がわかりました。

★甲冑を作り始めたきっかけ  
軍配山古墳のいわれにちな  
んだ祭りで、玉村町を盛  
り上げようと思ったんだ！  
しかしお金が少なかった  
ので甲冑を手作りにしまし  
た！

甲冑を着せてもらいました!!



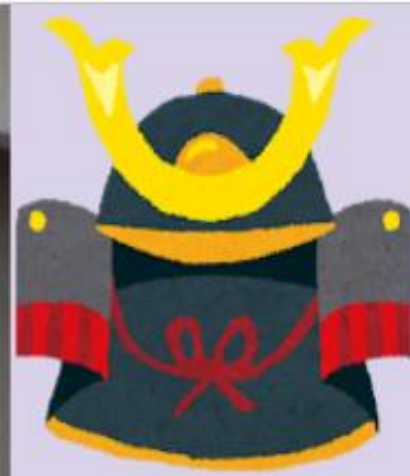
さらに刀と火縄銃と槍を  
触ることができました！  
楽しかったよ！



・手作りで甲冑を作るの  
はすごいと思いました。



まず甲冑とは  
甲冑とは、昔  
の戦士が身や  
頭などにつけ  
ていた武具。  
玉村町手づくり  
甲冑愛好会は手  
づくりでやって  
いるので自分の  
体にあうように  
できます。  
ぜひ、来てくだ  
さい。



玉村町手づくり  
甲冑愛好会



甲冑愛好会の甲冑は、手づくりで作っている  
ので他の甲冑とは少し  
違います。玉村町だけ  
の甲冑が楽しめます。  
甲冑愛好会に行くと、  
作ったり着られたりし  
ます。この体験は、  
めったにできないので  
みなさんも行ってみて  
ください。



手作りの甲冑は、  
ほとんど100均の  
もので作っています。  
お玉や靴紐、  
ヘルメットなどで  
作っています。  
自分たちで作って  
みてください。



甲冑愛好会は、手  
づくりで甲冑を  
作っています。自  
分用の兜などを  
作って戦国武将に  
なってみませんか。  
色んなイベントに  
参加したら楽しい  
ですよ。