

# 夢、私たちに。 わたしのひとこと



## 犬と自然と共に

飯田 佐藤 修司

ペットブームと言われるようになり久しくなります。我家にも流行に負けずと、大型犬と小型犬が一匹ずつ鎮座しています。

大型犬を飼う以前は散歩する事、ましてや四季刻々移り変わる景色を気に留める事なく生活していました。ところが御犬様の散歩に付き合うようになってから、歩く事の楽しさ、さらに何よりも天が与えてくれた自然の恵みを身近に五感で味わえる最高の贅沢さ、何気なく通り過ぎていたあちこちでの新発見等々、御犬様のおかげで体の内と外から新鮮な刺激を与えられ、健康の維持と脳のリフレッシュに大いに役立たせてもらっています。

又、何よりもリラックスして散歩できる自然の環境がまだまだ沢山残されている事にも感謝です。こんな感謝の心を持ち続けながらこれからも続けていければなと思っています。



## 私の健康法

森上 松澤 巖

白馬では年間通してのスポーツは登山とスキーが一番だ。ストレス解消、体力増強には最高だ。40代後半から毎年、夏の登山10回、冬のスキー10回を目途にやっている。スキーは12月から3月まで週一回位、登山は4月から11月まで月一回位。登山で足腰を鍛えていればスキーも楽。スキーをしていれば登山も楽。

どちらもほぼ一人で行っているがスキーはグレンデを一気に豪快に自己流の指導員と思って滑る。登山は日帰りが主であるが杖を持った中高年ばかりで残念だ。登山は体力のある若い人が、スキーはリフトで上がれる年配の方がもっとやってくれたらと願う。老若男女適当なバランスになれば一層楽しい。スキーはスピードが最高になったときの「一瞬の空白」、登山は非常に苦しい中の「リラックス」かと思う。山歩きやスキーは自分で下す健康診断。

大北地方には立派な山やスキー場が多い。皆様方もぜひやってみてください。昨秋古希、余り時間が無い。今年の夏は北海道の山に挑戦だ。



## ほやほやの村民

みそら野 長島 律子

真っ青な空と雄大な連山、おいしい水と空気が魅力で東京を脱出し白馬に移住しました。

20代の時には毎年のように八方尾根で滑ったので、移住を機会に夢よもう一度とカービングスキー一式を買い込んで、村のスキー教室に参加しました。

昔操った杵柄と思いきや、すってんころりん、何と起き上がれないではないか。コーチに起こしてもらった羽目に。2日目以降はそんなことはなかったが、昔の滑りとはまるで逆で悪戦苦闘しました。

スキー教室の仲間の話によると、村内にはいろいろなサークルが活動し、公民館の学習会などもあるとのこと。少しずつでも参加の機会を増やし、白馬村民としてみなさんの和にとけ込んでいきたいと思っています。

「むらごと自然公園」をみんなの知恵と力で実現したいですね。

## 編集後記

スキー観光が主産業である当村において今季白馬村から村始まって以来のバンクーパーオリンピック、パラリンピックに8名にも及ぶ選手が日本の代表として出場できた事は、長野県、また観光白馬村の名誉と、村の誇りでもあり大変喜ばしい限りであります。白馬村の選手活躍を、応援会場でお茶の間で、応援し夢と希望と感動を、ありがとうございます。村民あげて健闘を讃えたいと思います。勝負の世界には、運、不運があります。次回には選手にとってよい風が吹く事を願うばかりであります。ご苦労様でした。

横田 孝穂 記

## 議会報調査編集特別委員会

- |      |       |
|------|-------|
| 議長   | 下川 正剛 |
| 委員長  | 田中 榮一 |
| 副委員長 | 渡辺 俊夫 |
| 委員   | 横田 孝穂 |
| 委員   | 太田 伸子 |
| 委員   | 太田 修  |
| 委員   | 小林 英雄 |
| 委員   | 太谷 正治 |

白馬議会だより 92号  
平成22年5月14日発行

発行 長野県白馬村議会  
編集 議会報調査編集特別委員会  
印刷 ㈲北辰印刷

〒399-9393 長野県北安曇郡白馬村  
☎0261-72-5000 FAX0261-72-7001  
http://gyosei.vill.hakuba.nagano.jp/gikai/ E-mail: gikai@vill.hakuba.nagano.jp