

ハートピア

笑顔は伝わる 発信地はあなたです わたしです

4月号(第239号) 平成29年4月20日発行

発行元 (株)中島新聞店
〒381-2224 長野市川中島町原530-2
☎0120-71-0271
☎292-0271 FAX292-0222
http://www.nakajimashinbun.com

SAN青木島
〒381-2243
長野市稲里1丁目10-2
☎0120-84-6714
☎284-6714 FAX286-4454

ハートピックス

自転車、そして長野マラソン

◎川崎 博さん(40歳)
川中島町原 在住



「ツール・ド・美ヶ原」は全長21.6km、高低差1,270mの坂道を、自転車で登るヒルクライムの大会。川崎さんは2009年の大会で、30代のクラスで優勝している。

出身は滋賀県。長野へ来たのは大学進学で、スキーや山登りのため。卒業後はワーキングホリデー制度を利用して海外へ。自転車でニュージーランドを一周したり、オーストラリアでは今の妻(日本人)との出会いがあった。ヒルクライムの大会にも定期的に出場するようになり、自転車は川崎さんの生活の一部となった。

「レース中は無心です。前の走者を追いかけて追い抜き、とにかくゴールを目指す。苦しさへの挑戦です」と言う。そんな川崎さんに5年前、交通事故で骨折するアクシデントが襲う。「回復後の気持ちの整理や、子どもの誕生もあり、その後はレースを休んでいます。毎年レースのシーズンが近づくと、今年こそはという思いが募ります」。自転車で通勤し、休日は近隣の山でトレーニング。レースへの復帰に備えている。

川崎さんは長野マラソンの常連でもあり、今年は11回目の出場。3年ぶりのサブ3(3時間を切るタイム)を目指したが、20分程オーバーした結果だった。(取材=R)

ヒルクライムレース中の川崎さん



PARCEIRO パルセイロ

http://www.nakajimashinbun.com

プレゼントのご応募は、ホームページよりお願いします。



優待券&駐車券 プレゼント

当紙では下記の5月のホームゲーム1試合につき10名様に、優待券と駐車券をセットでプレゼントします。奮ってご応募ください。

- ◎トップチーム
 - 5/13(土) 鹿児島ユナイテッドFC戦 13:00~
 - 5/28(日) カターレ富山 戦 14:00~
- ◎レディース
 - 5/3(祝) INAC神戸レオネッサ戦 12:00~
 - 5/7(日) 伊賀フットボールクラブくノ一 戦 15:30~
 - 5/20(土) ちふれASエルフェン埼玉戦 14:00~

●優待券=当日券(一般)がトップチームは1,000円引き、レディースは800円引きで購入できます。

●応募=上記ホームページよりご応募ください。応募多数の場合は抽選。当選者の発表は同ホームページにて。プレゼント品は順次ご自宅にお届けします。

●お問合せ等

中島新聞店 ☎0120-71-0271

※このプレゼントは中島新聞店とSAN青木島独自のサービスです。

信毎の書籍

4月の新刊

◎4月中旬発刊予定

御嶽海 2年目の躍進

編/信濃毎日新聞社編集部

A4判 112頁 オールカラー

定価1,080円(税込)

初場所から10場所で小結昇進、敢闘賞と技能賞の三賞受賞。快進撃を続ける御嶽海の2年目の活躍を追った報道グラフ。

対戦力士の特徴に対応した取り口や戦略、積極的に稽古に打ち込む姿や体調管理に努めている様子もわかる一冊。

巡業、相撲部屋での素顔の写真も満載です。

◎4月下旬発刊予定

【信毎選書】—リニューアル復刊版—

釜トンネル 上高地の昭和・平成史

著/菊地俊朗 四六判 並製

270頁 定価1,404円(税込)

北アルプス上高地に通じる唯一の道路であり、必ず通る「釜トンネル」。険しい地形に通されたトンネルの開削と、山岳景勝地となる経過を松本在住の山岳ジャーナリストがまとめた、上高地の全てを知る1冊です。

2001年刊の『釜トンネル 上高地の昭和史』に、21世紀の新たな動きを大幅加筆。

書籍をご希望の方は下記にご連絡下さい。商品が店着し次第お届けします。

中島新聞店 企画部 ☎0800-800-8829

クロスワード

前答 アルバム
応募総数 176通
当選者10名(敬称略)

松本綾子・山口あおと・中村道子・野澤法子・田中龍之介・武捨義一・塚田悦子・村田克子・長澤雄一郎・山田ハツエ

[メッセージ]

◆マメトラで畑を耕していたら、蛙が顔を出しました。まだ寒いので冬眠のじゃまをしたのかと、かわいそうになりました。(K. Kさん) ◆娘が小学生になって1年が経ちました。早くてびっくりです。久しぶりに卒園した幼稚園のアルバムを見ると、とても幼なくて、成長したなあと感じました。(Y. Aさん) ◆10年前実家の母が亡くなりました。整理していたら私のアルバムが出てきました。大事に持っていてくれ、有り難く涙が出ました。(M. Wさん)

ア	ト	ム		ヒ	ル
イ		リ	ス	ナ	ー
コ	ウ		キ	タ	
	タ	イ	ヤ		タ
サ	カ		キ	タ	イ
バ	タ	ー		ガ	ム

今月の問題

タテのカギ

- ジャガイモを英語で。
- ドナルドはアヒル。プーさんは?
- 20日。
- 「大勢と一緒に」の意。〇〇になって掛かる。
- 布団の中、足を湯で温める用具。
- 百獣の王。
- 栓がビー玉の炭酸飲料。
- 連想ゲーム。春日大社、バンビ、もみじ。
- 停車場。

ヨコのカギ

- 牛はビーフ。豚は?
- 形勢不利。〇〇色が悪い。
- 「騙されないように用心する」の意で、顔の部位を用いた語。
- 干支で唯一のネコ科。
- 唐辛子。〇〇の爪。
- 祖父にそっくり。隔世〇〇。
- 敵に〇〇を贈る。
- 「詩」を英語で。
- 木材を薄く削る道具。
- 餅つき。〇〇と臼。

1		2		3	4
	D				A
		5	6		
7	8		9		
		10			11
12			13	14	
			C		
15				16	
					B

答え

A	B	C	D

〒381-2224 長野市川中島町原530-2
中島新聞店 クロスワード係

答えはハガキで4月28日必着、住所・名前・電話番号を明記の上、右記まで。抽選で10名様に図書カードを進呈します。

裏面も御覧ください。

連絡箱

掲載無料。申し込みはハガキかFAX,HPより。次回発行日は5/18予定。(注)㊦=申し込み・㊧=問い合わせ・㊨=メール

*樹脂粘土クラフト講習会

①「スイーツクラフト・和菓子」(締切4/20) 4/22(土)・27(木) 各日10:00~12:00 会費1,800円
②「60分でスイーツデコ 母の日スペシャル・いちごタルトのカードスタンド」5/6(土) 10:00~・11:15~・13:00~ 各回定員5名 会費=一般800円 小学生以下700円 ①②とも神明広田記念館 ㊦=☎080-5108-4624(加藤様)

*団員募集「南長野剣道少年団」

「一緒に剣道を楽しみましょう。初心者歓迎。貸し防具あり」土曜18:00~20:00・日曜7:00~8:30 篠ノ井西小学校第2体育館 ㊦=☎090-4735-2677(中澤様)

*ピアノ教室生徒募集

「新学期が始まりました。ピアノ始めましょう。こどもから大人まで」篠ノ井第4団地 ㊦=☎292-0703・090-4463-5783(鈴木様)

*チアリーディング体験会「千曲キューティアンズ」

「千曲市と長野市で活動する小中学生のチームです。体験会は未就学児も可。運動のできる服装で、上履き持参。

事前に問合せ・申込み」5/14(日) 10:30~11:30 上山田小学校体育館 ㊦&㊦=㊨ cuetanz@gmail.com (メールの返信を受信できる設定をお願いします)

*体験・見学会「稲里剣道クラブ」

「稲里地区以外の方も歓迎。1ヶ月以内に入会した人に特典あり」4/22(土)16:30~18:00 下氷鉦小学校体育館、4/23(日)10:00~11:30 広徳中学校格技室 内容=竹刀を振ってみよう、紙風船割りゲーム、先輩剣士のデモンストレーション、保護者向け説明会など ㊦=☎080-3455-2625(沖田様)

*エアロビとストレッチ無料体験(1回)

水曜10:00~11:00 更北公民館稲里分館2階 持ち物=運動靴・ヨガマット(バスタオル)、タオル ㊦&㊦=☎090-2455-4585(高野様)

*手作り和菓子で茶道体験

5/20(土)13:00~(1時間) 高野宅(JA虹のホール稲里近く) 参加費500円 ㊦&㊦=☎090-2455-4585(高野様)

*えほんみつけた「はるをとどけよう」4/25(火) 9:45~11:00 柿の木カフェパーシモン(若里) 対象=0~3歳児と親(祖父母も可)、または妊婦 会費=大人1名800円(おやつ付) ㊦=㊨ ehonmitsuketa@yahoo.co.jp (2日前までに氏名、電話番号、大人とこどもの人数・年齢を)

*第290回つぼで家族の健康づくり「介護や認知症を防ぐつぼ学習会。個別健康相談あり」4/27(木)13:30~15:00 長野市西部保健センター(安茂里) 内容=講座と実技「中高年のつまずき予防と歩行をしやすくするつぼと運動」受講料=無料 定員=20名 持ち物=筆記用具 ※動きやすい服装でお越し下さい。 ㊦=☎228-8730(近藤様・締切4/22(土))

*フリーマーケット&トイレットペーパー交換会

5/6(土) 10:00~13:00(トイレットペーパー交換会は11:30まで・雨天決行) コープながの稲里店 交換するトイレットペーパーの個数=①牛乳パック30枚(coopマーク入り10枚以上は1個・30枚は2個)、②古着(対象外あり、5kgで1個・10kg以上で2個)。①②とも先着50個・1家族2個まで ㊦=エコライフ倶楽部 ☎293-1258(19:00~20:00)

今日の皆さんの投句

薪背負ったしよいこが今は博物館
背負ったあんな娘に今は世話やかれ
福寿草
たくてく
ラッキー

準選五句

背負うもの少しおろして楽に生き
ランドセルカタカタ鳴らし一年生
へちま水
れんげつつじ
荒井照子
川中太郎

「小林美智子さん」
子供の頃、友と背中を合
わけて両腕を組み、おんぶ
し合って遊びました。ギツ
コンバツコン、まるでシー
ソー。何と心地よい人生!

今日のまもる賞

背を合わせ
背中と背負いあう
作/小林美智子



読者と
まもる
の
川柳
ひろば
◎今月の題「背負う」

今日の皆さんの投句

妹を背負い一緒のかくれんぼ
柄澤紀生
神頼み欲の余りを背負わされ
あん幸
校門に薪を背負いて本を読む
青木定子
肩の荷がおりて余生は医者通い
酒井猛
誕生日お餅背負いて一歩二歩
下条ヒサ子
リック中孫のみやげで息がきれ
倉ちゃん
お荷物にならぬつもりだ一万歩
チャトラン
百歳を看てるこの子も八十路なり
西澤旭子
背負った荷一つずつ取れ一人旅
ねこはな
孫おんぶタマはだっこで散歩する
酒井員代
家背負い頑張る夫に感謝状
ふきのとう
若者が背負う年金案じたし
タラヨ
たき木背に子らと学びや金次郎
豊作
この体今を背負って八十路行く
綾松
背負う子の重き温もり励まされ
丸山紗代
幼児でおんぶせがんだ母背負う
長澤晨鶏
しよいこを背負い稼いだ昔あり
山茶花
孫受験家族の期待かたにかけ
TK
笑われて赤児背負いし若き頃
茶爺
おんぶして直に感じる子の成長
すばちゃんママ
背負ってた子どもの孫を背負って
田野原信治
我が国の進歩担った背が丸い
春爺
政治家に日本を背負う人はなし
宮尾柳泉
古稀を過ぎプラス思考で役こなす
ジャーナリスト
新入生背負うカバンに夢いっぱい
勿忘草
ランドセル背負って満面笑みはじけ
樋口幸美
背負うた子今は頼もし親になり
山のゆり根
カタツムリお宿背負ってどこまでも
ニューカマー
ランドしよいにこにこ走る一年生
丹波花子
車いす借金背負って生きており
山野井公一
背負投げやってみたいなでかい孫
松沢ミドリ
学生時たき背負いて山を下った
みどり
若き頃我が子背負って子守歌
森あんず
子を背負い成長感じ母さみし
丸山わかば
ランドセル子どもがせおうゆめのせて
丸山そな
孫たちのゆめを背負ってランドセル
関博英
背にしたら育ててくれた母軽い
尺取り虫
肩の荷を少し降ろして陽と遊ぶ
うばぎくら
一年生初ランドセルと未来背負う
つつまる
あつばあちゃんオレだけどネギしょってきて
ピットババ
定年で肩の荷下りて自由の身
中村きよ
ばくの夢金メダリストを背負い投げ
くにやまる
締切 5/29
締切 4/28