

《自予備自衛官補》

▼応募資格 18歳以上52歳未満の人


▼受付期間 1月22日(木)～3月30日(月)

▼試験日

4月1日(水)～4月19日(日)(いずれか一日を指定)

▼問い合わせ先

自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所  
☎0225-8316789

**涌谷町立幼稚園  
閉園に伴うお別れ会  
を開催します**

令和7年度をもって涌谷町立幼稚園3園が閉園します。閉園にあたり、各幼稚園でお別れ会(保護者対象・園開放(一般対象)を開催しますので、地域の皆さまもお立ち寄りください。

各園の駐車場には限りがありますので、満車の際はご了承ください。

▼涌谷幼稚園・涌谷南幼稚園

▼日時 2月14日(土)

▼お別れ会 9時30分～11時

▼園開放 13時～15時

▼のだけ幼稚園

▼日時 2月21日(土)

▼お別れ会(一般参加も可)

9時30分～11時


▼園開放 13時～15時

▼問い合わせ先

涌谷幼稚園  
☎43-33343

涌谷南幼稚園  
☎43-22260

のだけ幼稚園  
☎45-2118

**天平ろまん春のひな市  
を開催します**

ワークショップやひな祭りマルシェなど楽しい企画が盛りだくさん。サンリオのカフェワゴンをはじめ、キッチンカーも出店します。天平衣装撮影会では、天平時代のお姫様気分を体験できます。また、明治から昭和にかけての雛人形も展示し、時代ごとの趣を楽しめます。

冬季休業中の砂金採り体験やぐがね庵も特別営業します。

▼日時 3月1日(日)

▼場所 天平ろまん館

▼問い合わせ先

天平ろまん館

☎43-2100

**若者企画  
おれらと二郎を食え**

二郎系ラーメンが好きな涌谷町の若者たちが、至高一杯をみんなで作るイベントを開催します。

▼日時 2月28日(土)10時～

▼場所 涌谷公民館調理室

▼参加費 1千円(材料費)

▼申込方法 左記の二次元コードから申し込み

▼問い合わせ先

涌谷町地域おこし協力隊丸井  
☎070-4173-6929

  
申し込み  
二次元コード

**映画『百姓の声』  
上映会を開催します**

農業のまち、涌谷町。日々の食を支える生産者の姿を、私たちはどれほど知っているでしょうか。映画を通して農と向き合い、これからの食と

暮らしについて考えてみませんか。

上映後には、監督を招いたパネルディスカッションも実施します。

▼日時 2月28日(土)13時30分(開場13時)

▼場所 涌谷公民館

▼参加費 無料

▼定員 120人(先着順)

▼作品紹介 自然と向き合い作物を熟知する農業従事者にスポットを当てたドキュメンタリー。柴田昌平監督が食の原点である農をテーマに、全国の農家の人々の知恵や工夫、そして人生を、丁寧なインタビューと美しい映像で紡ぎ出す。

彼らが畑で何と格闘しているのか、ビニールハウスの中で何を考えているのか。小手先では解決できないさまざまな矛盾を、独自の工夫で克服する彼らの姿を通し、多くの人が風景としてしか見ていない営みのコアな姿を、鮮やかに浮かび上がらせていく。

▼問い合わせ先

生涯学習課

涌谷町地域おこし協力隊内藤

☎43-3001

広告

—— 全国の処方箋受けます ——  
〈薬の一包化いたします〉

**(株)アサヒ薬局**

涌谷本店 ☎0229(42)2035 FAX 0229(42)2107  
南郷店 ☎0229(58)3993 FAX 0229(58)3992

広告

**広報わくやに広告を掲載しませんか？**

「広報わくや」に掲載する広告を募集します。広告枠はこの枠と同じ縦4.2cm、横8.5cm、1枠あたりの掲載料は5,000円になります。

掲載希望の方はご連絡ください。

企画財政課 企画班 ☎43-2112

## 役場各課・施設・団体の電話番号

■ 議会事務局	☎ 43-2127
■ 総務課	☎ 43-2111
■ デジタル行政推進室	☎ 43-2111
■ 防災交通班	☎ 43-2116
■ 企画財政課	☎ 43-2112
■ 町民生活課	☎ 43-2113
■ 税務課	☎ 43-2114
■ 会計課	☎ 43-2118
■ 産業振興課農林振興班	☎ 25-8511
■ 産業振興課商工観光班	☎ 43-2119
■ 農業委員会事務局	☎ 43-2120
■ 建設課	☎ 43-2129
■ 上下水道課	☎ 43-2131
■ 教育総務課	☎ 43-2140
■ 生涯学習課・涌谷公民館	☎ 43-3001
■ 町民医療福祉センター	☎ 43-5111
■ 総務管理課	☎ 25-3118
■ 健康課国保介護班	☎ 25-7972
■ 健康課健康づくり班	☎ 25-7973
■ 福祉課福祉班	☎ 25-7902
■ 福祉課包括支援班	☎ 25-7903
■ 子育て支援課	☎ 25-7906

2月の納期限は3月2日(月)  
上下水道の納期限は2月28日(土)

納付は忘れず安心・便利な口座振替で！

町県民税	随時
国民健康保険税	第8期
介護保険料	第8期
後期高齢者医療保険料	第8期
上下水道料金	2月分

### 《防災行政無線の内容を確認できるサービス》

聞き逃した直前の防災行政無線の内容を確認できます。

テレフォンサービス(無料通話)

☎0800-800-9949

メール配信サービス(登録無料)



スマートフォン・PC



フィーチャーフォン

## さまざまなお悩みに合った相談窓口を開設しています

相談名	日時	場所	相談内容	問い合わせ先
人権相談	2月10日(火) 10時～15時	役場 第一会議室	虐待や差別、いじめなどの人権問題。	町民生活課町民生活班 ☎43-2113
行政相談	2月9日(月) 10時～12時	役場 第一会議室	国・県・町の行政全般についての苦情や意見要望。	町民生活課町民生活班 ☎43-2113
消費生活相談	毎週月・木曜日 9時～15時	町民生活課 町民生活班	クーリング・オフなどの消費生活に関する悩みや疑問。	町民生活課町民生活班 ☎43-2113
物忘れ相談	月曜日～金曜日 9時～17時	町民医療福祉 センター	本人、家族の物忘れや認知症に関すること。	福祉課包括支援班 ☎25-7903
生活相談	2月25日(水) 13時～15時	ゆうらいふ	日常生活上の心配ごとや困りごと。	涌谷町社会福祉協議会 ☎43-6661
青少年相談	月曜日～金曜日 9時～17時	涌谷公民館	青少年非行の早期発見、青少年の悩みなどの相談に関すること。	青少年相談室 ☎43-5191
栄養相談	2月19日(木) 9時～17時	町民医療福祉 センター	食事と栄養に関することならなんでも気軽に相談ください。	健康課健康づくり班 ☎25-7973
精神保健福祉相談	2月13日(金) 14時～15時45分		心の悩みを抱えている人の相談に応じます。	北部保健福祉事務所 (大崎保健所)
思春期・青年期 ひきこもり相談	2月16日(月) 13時～16時	大崎合同庁舎 2階診察室	自宅に引きこもっている人やその家族の人の相談に応じます。	母子・障害第二班 ☎87-8011
アルコール関連問題 相談・家族教室	2月3日(火) 11時～16時		アルコールやギャンブルなど複雑な問題で困っている人の相談に応じます。	※相談は予約制です
障害者福祉相談	月曜日～金曜日 8時30分～19時	結の郷わくや	身体・知的・精神の3障害の相談に応じます。	涌谷町基幹相談支援センター(結の郷わくや内) ☎25-9675
農家相談	2月5日(木) 9時～10時30分	役場まちづくり り会議室	農地の移動や転用、農業者年金などについて、農業委員と農業委員会事務局が相談に応じます。相談に応じる農業委員は、白幡利政委員、千葉利一委員、渋谷ミホ委員です。	農業委員会事務局総務班 ☎43-2120
農業委員会総会	2月25日(水) 9時～	役場 第一会議室	農地利用の許可申請について農業委員が協議します。どなたでも傍聴できます。	
夜間納税相談	2月25日(水) 17時15分～19時	税務課納税班	納税にかかわる相談に対応します。	税務課納税班 ☎43-2114

## 寒さに負けず元気に過ごそう！

- 日時 2月8日(日) 10時30分～13時
- 場所 のびのび会館 ●持参物 飲み物
- 食事代 大人300円、子ども100円
- 内容 みんなで豆まきをしたあと、お昼ご飯を食べます。メニューはお楽しみ！
- その他 次回は3月8日(日)に涌谷公民館で開催予定。  
《問い合わせ先》 あんだあも ☎25-3750

かくくこどもカフェ

# 子育て ひろば

子育て支援サークルや  
イベント情報を紹介

## おひさまカフェ

手作りスイーツでお茶をしながら、情報交換や子育て・孫育てのお悩み相談、おひさまスマイルでどんなことをしてみたいかなど…。みんなでおしゃべりを楽しみませんか？子連れの方は同室内で見守り託児を行います。

- 日時 3月6日(金) 10時～11時30分
- 場所 涌谷町町民医療福祉センター集団検診室
- 対象 どなたでも ●参加費 300円(お茶菓子代)
- 申込締切 3月2日(月)
- 《申し込み先》 ☎090-4672-5669(大橋)  
☎090-4123-7019(齋藤)

2月10日(火) 10時から町民医療福祉センターで実施の『バレンタインスイーツ作り』参加受付中！  
情報はSNS『おひさまスマイル』で検索！

おひさまスマイル

## ひなまつりお茶会

お茶たて体験を通して、日本の伝統文化を親子で楽しみましょう！

- 日時 2月25日(水) 10時～11時
- 場所 子どもの丘子育て支援センター
- 対象 未就学児とその家族先着8組(要予約)
- 参加費 無料

このほかにも毎月親子で楽しめるイベントを開催しています。詳細はホームページやFacebookをご覧ください。

《問い合わせ先》 子どもの丘子育て支援センター  
☎87-5531

子どもの丘

## 園庭を開放しています！

大型遊具や砂場、広い芝生でのびのび遊びましょう。ぜひ、お友達を誘ってお越しください。

- 日時 2月19日(木) 10時～11時
- 場所 修紅幼稚舎 ●参加費 無料
- 対象 6カ月から入園前までのお子さん
- 持参物 飲み物、オムツ、着替え
- 《問い合わせ先》 修紅幼稚舎 ☎43-5155

修紅幼稚舎

## さくらんぼこども園なかよしルーム

さくらんぼこども園に来て遊びませんか？遊具で遊んだり、体を動かして遊んだり、楽しく過ごしましょう。子育ての相談にも対応します。

- 対象 6カ月から入園前までのお子さん
- 日時 2月12日(木) 10時～11時(次回は5月です)
- 場所 さくらんぼこども園支援室 ●予約 必要
- 準備物 水分補給用飲み物、オムツ交換時用バスタオル

《申し込み先》 さくらんぼこども園 ☎43-6681

さくらんぼこども園

## 給食試食会や年齢別サークル

- わくわく広場「玉入れごっこ」  
子育て・孫育て中の人など誰でも参加できます。
- 日時 2月6日(金) 10時～12時 ○参加費 無料
- 年齢別サークル「同年代の子と一緒に遊ぼう」
- 日時 0・1歳児 2月10日(火) 10時～12時  
2・3歳児 2月12日(木) 10時～12時
- 給食プチ試食会・製作「おひなさまづくり」
- 日時 2月16日(月)～20日(金) 10時～12時
- 参加費 無料
- ボランティア「あおぞら」によるお話の会
- 日時 2月25日(水) 10時30分～
- 給食試食会
- 日時 2月24日(火)～26日(木) 11時15分～
- 参加費 300円(1食) ○申込方法 電話で申し込み
- 《問い合わせ先》 涌谷保育園 伊東・池田 ☎42-2333

涌谷保育園

## 一時預かり事業

保護者に用事ができたときや入院・受診するときなど、一時的に保育所で、お子さんを預かります。

- 日時・料金 月曜日～土曜日(祝日除く) 8時～16時  
4時間まで900円・8時間まで1,800円  
(給食・おやつ代などが別途かかります)
- 場所 認定こども園こどもの丘
- 対象 生後6カ月以降の保育所などに所属していない未就学児
- 《初回登録》 子育て支援課子育て支援班 ☎25-7906
- 《利用申請》 認定こども園こどもの丘 ☎87-8401

一時預かり保育

# 涌谷町町民医療福祉センターニュース

【問い合わせ先】

涌谷町国民健康保険病院

☎25-3118

## おうちで簡単にできる あいうべ体操

食べ物を飲み込む機能を嚥下機能といい、嚥下機能は加齢とともに低下します。原因の一つに口の周囲の筋力低下が挙げられます。嚥下筋力が低下すると誤嚥を起こしやすくなり、誤嚥性肺炎など、体にさまざまな影響を及ぼします。今回は、嚥下機能低下を予防するための簡単な口元と舌の体操を紹介します。

### 《ポイント》

- ・1秒以上かけて口をゆっくり大きく動かします。
  - ・声は出しても、出さなくても構いません。
  - ・1日に10回3セットを目標に、食事前や空いた時間に行ってみてください。
- ※あごなどに痛みがある際は、無理のない範囲で実施してください。



アー

①口が楕円形になる位縦に大きく開く



イー

②口の両端を左右に大きく開く



ウー

③唇をとがらせぐっと前に突き出す



ベー

④舌をあご先につけるイメージで大きく出す

## 今から考える 親なきあとの暮らし

# 第

## 3回涌谷町障害者理解啓発講座を開催

問い合わせ先 福祉課福祉班 ☎25-7902  
結の郷わくや ☎25-9675

障害がある人の、親なきあとの備えについて学ぶ講座を開催します。

《日時》2月16日(月)14時～15時30分

《場所》涌谷町町民医療福祉センター研修ホール

《講師》NPO法人 障がい者暮らしとお金の相談室

《主催》涌谷町障害者自立支援協議会

《申し込み》不要

《参加費》無料

☎45-2732

デイサービスオレンジキッチン 石川

▼問い合わせ先

▼主催 AA介護有限会社

▼参加費 無料

その家族、地域住民

▼対象 籠岳地区に住んでいる認知症の人や

▼場所 デイサービスオレンジキッチン

▼日時 2月17日(火)10時～11時30分

### 認知症カフェ オレンジカフェを開催

☎25-7903

福祉課包括支援班

▼問い合わせ・申し込み先

込み

▼申込方法 2月10日(火)までに電話で申し

▼参加費 無料

族

▼対象 ①若年性認知症と診断された人②若

年性認知症の可能性や不安のある人③その家

▼場所 大崎合同庁舎

▼日時 2月20日(金)10時～12時

▼お問い合わせ先

若年性認知症に関する悩みや思いなどを語り合ってみませんか。

### 若年性認知症の人と 家族のつどい せせらぎの会を開催

**望まない受動喫煙を  
防ぎましょう**

皆さんは、涌谷町の喫煙率を知っていますか？令和5年度の特定健診法定報告では、涌谷町全体で16・2%の人が喫煙していると答えています。男性は27・7%、女性は7・0%となっております。男女ともに県内市町村の平均（全体14・6%、男性25・2%、女性6・4%）よりも高い喫煙率となっております。

たばこは、喫煙者が吸っている主流煙よりも、たばこから立ちのぼる副流煙に有害物質が多く含まれています。衣服や髪についたたばこのにおいにも、有害物質が含まれています。

副流煙やたばこのにおいを、喫煙者以外の人が自分の意思とは関係なしに吸い込んでしまう受動喫煙により、周りの人の健康にも影響を及ぼします。特に、お子さんへのリスクとして、両親ともに喫煙している家庭では、喫煙しない家庭と比べ、2・2倍の頻度で気管支炎や肺炎を起すと言われています。

家庭内でも受動喫煙対策は



たばこの煙、  
吸わせないやさしさを。

必要です。換気扇の下で吸う、空気清浄機を使うなどでは不十分で、一番の対策は禁煙することです。現在たばこを吸っている人は、禁煙にチャレンジしましょう。喫煙者がいる家庭では、家族全員の健康のために禁煙してもらえよう、働きかけましょう。

▼問い合わせ先

健康課健康づくり班  
☎25-17973

## 宮城県の子どもは太っちょ傾向！？

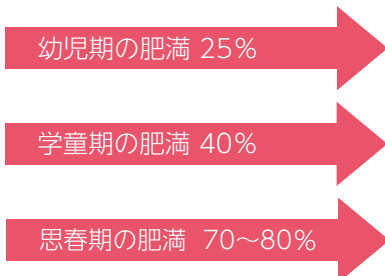
# 子

### どもの肥満を防ぐには

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

宮城県は大人の肥満が多いことが知られていますが、実は子どもの肥満も深刻な問題となっております。令和6年度の学校保健統計調査によると肥満児の割合は、ほとんどの学年で全国値を上回り、特に小学5年生の女子がワースト1位、中学3年生の女子がワースト2位となっております。さらに、涌谷町の肥満児の割合を見ると、県の肥満児の割合よりも高く、町の健康課題の1つとなっております。

子どもの肥満は大人の肥満へとつながり、肥満は高血圧症や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病の原因となります。近年では、生活習慣病は大人だけではなく子どもでも発症し、動脈硬化が進行することがあるとも言われています。そのため子どもの肥満も早期に治療することが重要で、肥満にならないように幼少期から予防に取り組むことが大切です。



成人肥満・生活習慣病



脳卒中・心筋梗塞

#### 《肥満を予防するには？》

- ・早寝、早起き、朝ごはんの規則正しい生活リズムを身につけましょう。
- ・主食、主菜、副菜をそろえてよく噛んで食べましょう。
- ・お風呂上がりのアイスやジュース、夕食後のおやつはやめましょう。
- ・ゲームやスマホ、テレビを利用する時間を減らし、その時間で体を動かしましょう。

## 音で遊ぼう！わくわく音楽ワークショップ ～涌谷高校音楽部と一緒に～

ハンドベルや新聞紙を使って一緒に演奏しましょう。

- ▶日時 2月11日(水)11時～12時
- ▶場所 涌谷公民館
- ▶入場料 無料

## 芸術鑑賞トピックス ～たまにはゆっくり 芸術鑑賞しませんか～

- ▶涌谷高校美術部作品展
- ▶期間 2月2日(月)～2月23日(月)  
9時～21時
- ▶場所 涌谷公民館
- ▶入場料 無料
- ▶国立音楽院宮城キャンパスClassical Concert
- ▶日時 2月23日(月)13時  
(開場12時30分)
- ▶場所 大崎市岩出山文化会館  
スコアレハウス
- ▶入場料 無料
- ▶問い合わせ先  
国立音楽院宮城キャンパス  
☎25-5461



## 涌谷公民館図書室

2月22日は猫の日です。猫にまつわる本を紹介します。

【一般書】心にいつも猫をかかえて 著 村山早紀

これまで4匹の猫たちと暮らしてきた筆者がつづる、賢くてかわいい猫たちのお話と、春夏秋冬と猫にまつわる短編小説がまとめられた一冊。美しい猫たちの短い一生を共に歩んだ、猫を愛する全ての人に贈る感動の物語。

## ちいさなちいさなおはなし会(対象年齢3歳以上)

紙芝居や絵本の読み聞かせ会を2月28日(土)10時30分から11時まで涌谷公民館談話室で開催します。

事前申込は不要です。お気軽に遊びに来てください。

## 蔵書点検による休室のお知らせ

蔵書点検を行うため、2月3日(火)から2月11日(水)まで休室となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

▶問い合わせ先 涌谷公民館図書室 ☎25-5501

## クロスカントリー大会について

今年度はコースや内容の見直しのため実施せず、令和8年12月に箕岳公民館周辺での開催を検討しています。大会を待ちわびていた皆さまには大変申し訳ありませんが、ご理解の程、お願いいたします。

問い合わせ先 涌谷公民館 (生涯学習課) ☎43-3001

## 地域おこし協力隊

### コラムリレー

### 黄金発掘日誌

皆さんこんにちは。地域おこし協力隊の菊田です。私はこれまでさまざまな場所でお菓子の販売を行ってきました。その一つとして、現在、駅前のゲストハウスあんだあもで隔週火曜日にお菓子販売をしております。まずは私を知ってもらいたいという思いで始めましたが、リピーターのお客様が増えてきており、とても嬉しく思っています。

ペント、たじりウムに参加しました。町外の方に涌谷町食材の魅力をお伝えする機会となりました。

人気商品は、涌谷町産さつまいものチーズケーキや、川敬醸造さんの味噌を使ったシフォンケーキなどです。どちらも涌谷町産の卵を使っています。おいしかったという声が、とても励みになっています。あんだあもで月に2回程開催しておりますので、ぜひお越しください。

週末は、天平ろまん館内にある、わくやキッチンでスタッフとして勤務しております。デザートを作らせていただいたり、お菓子の販売を行ったりしています。わくやキッチンでは季節ごとの食材を使用したおいしい料理が楽しめます。皆さん、ぜひ一度味わってみてください。

また、昨年の12月13日(土)に大崎市田尻で開催されたイ



涌谷町地域おこし協力隊 菊田佳奈隊員

# 戸籍の窓

12月1日～31日届出分

(行政区順 敬称略)

## 誕生おめでとう

生まれた人

氏名	行政区
白石 <sup>りつ</sup> 律	八雲区
小畑 <sup>あおい</sup> 碧	上小塚区
松田 <sup>ゆあ</sup> 結蒼	下郡区

## お悔やみ申し上げます

お亡くなりになった人

氏名	年齢	行政区
齋藤 吉隆	76	1区
川崎 忠	87	2の1区
川名 實	86	2の3区
駒野 洋子	82	3区
本宮 壽	77	9の3区
畑山 浩幸	53	下小塚区
末永 喜美	88	上町区
小嶋 久美子	70	上郡1区
杉澤 あや子	93	岸ヶ森区
佐々木 うめの	93	岸ヶ森区
菊地 かつ子	90	岸ヶ森区

町民生活課総合窓口班で掲載希望の有無について確認をとり、希望された人のみ掲載しています。

## 涌谷町の人口

12月31日現在( )内は前月比

人口と世帯		令和7年12月の動き	
人口計	13,957人 (-40人)	出生 3人	死亡 19人
男性	6,874人 (-19人)	転入 18人	転出 42人
女性	7,083人 (-21人)	令和7年の出生および死亡	
世帯数	5,970世帯 (-9世帯)	出生 38人	死亡 258人

## 休日診療当番医

日程	医療機関名	電話番号	日程	医療機関名	電話番号
2月 1日(日)	高城利江整形外科(美里町)	☎31-1230	2月15日(日)	こごた整形外科クリニック(美里町)	☎32-2011
2月 8日(日)	袖井クリニック(美里町)	☎31-1188	2月22日(日)	美里町立南郷病院(美里町)	☎58-1234
2月11日(水)	小牛田内科クリニック(美里町)	☎32-5959	2月23日(月)	涌谷町国保病院(涌谷町)	☎43-5111

各感染症の感染拡大を防止するため、発熱している場合は、一度電話連絡の上、病院で受診するよう、お願いします。受診の際には保険証を持参してください。診療時間は9時～17時です。当番医は変更になる場合があります。

## 子どもの救急医療情報

石巻市夜間急患センター	電話番号	0225-94-5111
	夜間診療時間	月～金：19時～22時
		土曜：18時～翌朝7時
	日曜日・祝日：18時～翌朝6時(翌日が祝日の場合は翌朝7時まで)	
宮城県子ども夜間安心コール 夜間の子どもの急な発熱・怪我のときの電話相談です。診療は行いません。	電話番号	プッシュ回線の固定電話・携帯電話から：#8000
		プッシュ回線以外の固定電話・PHSから：022-212-9390
	相談時間	毎日午後7時から翌朝8時まで



# 黄金人

## 空手への思いを取り戻し 復帰後初の挑戦で全国へ

令和7年12月6日(土)に開催された第4回全日本空手道体重別選手権大会の東北地区予選会に、男子組手競技個人戦の84キログラム超級で出場し、準優勝を果たしたのが、日本空手協会浦谷支部に所属する宮本翔稀さんです。宮本さんは、令和8年2月21日(土)に開催される全国大会へ出場します。

宮本さんが空手を始めたのは小学1年生の時。母からの勧めがきっかけで浦谷空手の門を叩きました。先生や先輩たちの指導の下、基礎練習を積み重ね、小学校5年生の頃からその頭角を現すと、中

学校卒業まで、個人戦・団体戦で共に5年連続で全国大会に出場し、最高で全国ベスト8の成績を残しました。

その後、空手仲間の誘いで空手部がある登米総合産業高校へ進学。高校2年時には東北大会に進出し、翌年は全国大会出場を狙っていましたが、高校3年時でコロナ禍に直面。「最後の大会が中止になり、悔いが残った」と当手を振り返ります。高校卒業後は利府町の線路整備会社に就職。生活環境の変化から空手への情熱が薄れ、3年ほど競技から遠ざかりました。

そんな中、令和7年に転機が訪れました。浦谷空手の指導者や先輩から「指導者としてまた空手に関わらないか」と声

がかかり、空手の道に復帰しました。子どもたちに指導をする中で、「自分自身が強くないと後輩たちを導けない」と再び選手としての気持ち芽生え、一念発起して昨夏に大会出場を決意。仕事の後に道場へ通う頻度を増やし、基礎が身につけていることを踏まえて実戦形式の組手を中心に鍛え直しました。

そして迎えた東北地区予選会。宮本さんは、細かな刻み突きで点数を積み重ねつつ、高得点の大技を繰り出す隙を常に狙い続ける、待ちの姿勢を中心とした格闘スタイルで試合に挑みました。「1位の選手との実力は拮抗していたと思う。ただ、体力が持たず、思うように動けなかったため、全国大会までに持久力をつ

けることが最優先」と冷静に現状を分析します。

浦谷空手の指導者の黒澤哲哉さんは「ブランクを経て戻ってきてくれたことがまず嬉しい。そして今回は選手として自らに挑戦してくれた。今後は、指導者と選手の両方の道を確立してほしい」と期待を寄せます。

今後について宮本さんは、「全国大会では、まずはリーグ突破を目指し、格闘スタイルを待ちから攻めへ変えて、貪欲に点数を狙いたい。指導者としては、後輩たちが空手を通して成長できる場を守りたい」と語り、指導者と選手の2つの立場で再び空手人生を歩み始めました。

## 宮本 翔稀さん

(日本空手協会浦谷支部)



広報わくや

令和8年2月1日

通算847号

【編集・発行】

浦谷町 企画財政課 企画班

〒987-0192

宮城県遠田郡浦谷町字新町裏153番地2

TEL 0229-43-2112

FAX 0229-43-2693

E-mail gr\_kikaku@town.wakuyamiyagi.jp

URL https://www.town.wakuyamiyagi.jp

【印刷】

株式会社印刷所