

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

みんなでニュースポーツ

- 日時 5月10日(日)10時30分～
- 場所 籠岳公民館 ●持参物 飲み物・タオル
- 食事代 大人300円、こども100円
- 内容 ポッチャなどのニュースポーツで楽しく体を動かしたあと、旬の食材を使ったお昼ご飯を食べます。
- その他 次回は6月14日(日)に涌谷中央公園で開催予定。
《問い合わせ先》 あんだあも ☎25-3750

あんの花絞り体験

お団子にかわいいお花をデコレーション！白あんに好みの色をつけて、絞り袋を使い直接お団子にお花を絞っていきます。目でも楽しめる、食べられるスイーツ作りを体験してみませんか？子連れの人は見守り託児を行います。

- 日時 5月20日(水)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 1,500円(材料費団子3串分)
- 申込締切 5月14日(木)



定員に達し次第締切
《申し込み先》 ☎090-4672-5669(大橋)
☎090-4123-7019(齋藤)

情報はSNS『おひさまスマイル』で検索！

交通安全教室

信号の見方や横断歩道の渡り方など、親子で楽しく交通ルールを学びましょう。

- 日時 5月27日(水)10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(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

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。看護師もいますので、体調のことや発育のことなどお気軽にご相談ください。

- 日時 5月21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
園の様子はInstagramでもご覧いただけます。

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 5月13日(水)10時～11時
- 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

給食試食会や年齢別サークル

- サークル・製作・給食プチ試食会「カラフルてるてる坊主」
- 日時 5月11日(月)～15日(金)10時～12時
- 参加費 無料

●こひつじ広場「めえ～めえ～タイム」

大型絵本「どうぶついろいろかくれんぼ」やペーパーサートに合わせて手遊びをします。赤ちゃん体操もあります。

- 日時 5月21日(木)10時～12時 ○参加費 無料

●給食試食会

- 日時 5月25日(月)～29日(金)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

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ヵ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

年に一度、必ず受診して健康状態をチェック

住

民健診が始まります

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

毎年恒例の住民健診が始まります。健康診査のほか、大腸がん検診なども同日に受けられます。自分の身体を詳しく知る機会になりますので、年に一度必ず受診しましょう。令和8年度から肺がん検診は涌谷町国民健康保険病院健診センターのみで実施しますので、お間違えのないようご注意ください。

涌谷町国民健康保険病院健診センターでの住民健診に申し込みした人には4月下旬以降に、集団バス健診での住民受診に申し込みした人には6月中旬以降に受診票をお届けします。受診票が届いたら、案内を確認の上、受診してください。

また、特定健診に限り遠田郡内の指定医療機関で受けることができます。希望する人は、案内を確認し、予約の上、受診してください。

これから新たに申し込みたいという人は、健康課健康づくり班にお問い合わせください。



▶健診場所・期間

▷集団健診

涌谷町国民健康保険病院健診センター
6月1日(月)～9月30日(水) (完全予約制)
涌谷公民館(成人病予防協会によるバス健診)
8月19日(水)～22日(土)

▷個別健診(特定健診のみ)

遠田郡内指定医療機関
6月1日(月)～9月30日(水) (要予約)

誰でも始められる簡単な体操で健康づくり

各

種介護予防教室のご案内

問い合わせ先 涌谷町社会福祉協議会地域福祉係 ☎43-6661
涌谷町福祉課包括支援班 ☎25-7903

▶カラダはつらつ教室

いつまでも自分らしく活動的な生活を送るためには、健康なからだづくりが大切になります。カラダはつらつ教室では、地域の皆さんに運動の楽しさを伝えられるよう、誰でも始められる簡単な体操などを行います。参加された皆さんが気軽に楽しく運動でき、自宅でも続けられるようサポートします。参加者同士の交流も楽しみながら、健康づくりと介護予防を始めてみませんか。

▷日程 ①5月19日、7月14日、9月15日、11月17日、1月19日②6月16日、8月18日、10月20日、12月15日、2月9日 各火曜日

▷場所 ①ゆうらいふ②麓岳公民館

▷対象 町内在住の65歳以上の人

▶男性限定！アクティブ男塾

男性限定の介護予防教室で運動強度がやや強めの内容となります。参加された皆さんが気軽に楽しく運動に参加できるようにサポートします。ぜひご参加ください。

▷日時 5月27日、6月24日、7月22日、8月26日、9月30日、10月28日、11月25日、12月23日、1月27日、2月17日 各水曜日10時～11時30分

▷場所 涌谷町町民医療福祉センター研修ホール

▷対象 65歳以上の男性

《共通事項》

▶参加費 無料 ▶予約 不要

▶持参物 上靴、飲み物、タオル、動きやすい服装

▶指導者 株式会社ナイスハビット 理学療法士



40・45・50・55・60・65歳の人を対象

節

目人間ドックのお得なお知らせ

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

涌谷町では、住民の健康の保持増進を目的に、一定の年齢の人を対象に人間ドックの助成をしています。節目人間ドックでは、男性は町で実施している健診項目をすべて、女性は子宮頸がん・乳がん検診以外を1日で受診できます。約30,000円相当の健診をお得に受けられますので、この機会に受診しましょう。

▶**健診期間** 6月から新たに申し込みをした場合は、10月以降に受診

▶**申込期限** 5月29日(金)

▶**健診場所** 涌谷町国民健康保険病院健診センター

▶**対象者** 40・50・60・65歳の人。45・55歳の涌谷町国民健康保険加入者(年齢は令和9年3月31日現在)

在)

▶**受診料** ①国民健康保険加入者は無料

②社会保険加入者は5,000円

▶**持参物** 受診票、マイナ保険証または資格確認書、料金(オプションを希望する場合は別途検査料金)

▶**健診内容** 診察、血圧測定、尿検査、血液検査(脂質・血糖・肝機能・尿酸・腎機能)、身体計測、視力検査、心電図、眼底検査、腹部超音波検査、便潜血検査、胸部レントゲン検査、胃部レントゲン検査、肺機能検査、肝炎ウイルス検査、眼圧検査、オプションとして前立腺がん検診(500円)、骨粗しょう症検診(女性500円)を追加で受診できます。

まだ受診申し込みは間に合います

胃

がん検診が始まります

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

胃がん検診が5月に始まります。申し込みをした人には受診票を送付しますので、受診日程を確認し、受診してください。

胃がんは早期発見できれば9割以上が治る病気といわれており、早期発見のためにはがん検診を受けることが重要です。国では、がんによる死亡率を下げるために、「がん検診受診率60%」を目標を掲げていますが、涌谷町の胃がん検診受診率は17.8%(令和7年度)と低い状況にあります。自分のため、家族のために検診の時間を作りましょう。

これから新たに申し込みたいという人は、健康課健康づくり班にお問い合わせください。

▶**検診期間・受付時間**

5月13日(水)～5月19日(火)(日曜を除く)・7時30分～10時

▶**場所** 涌谷公民館

▶**対象** 40歳以上の男女

▶**受診料** 1,500円

▶**持参物** 受診票、検診料金、マイナ保険証または資格確認書など



5月14日～5月20日は
ギャンブル等依存症問題
啓発週間です

ギャンブルは娯楽の一つですが、気づかないうちにコントロールが難しくなることがあります。啓発週間にあわせて、ギャンブルとの向き合い方を見つめ直してみましょう。

《ギャンブル等依存症とは》
金銭的な問題だけでなく、個人的な生活に影響を及ぼすにも関わらず、ギャンブルを続けたい衝動が抑制できない病態をいいます。

《次のようなことが増えていますか》

①予定より長く、多くお金を使ってしまう②嘘をついてまでギャンブルを続ける③お金のことで強い不安や焦りを感じる④ギャンブルをやめるとイライラする

(一つでも当てはまる場合は注意が必要です)

▼相談窓口

宮城県精神保健福祉センター
企画・地域支援班(土日祝日、12月29日～1月3日除く)

☎23-100021

福祉課包括支援班

☎25-7903

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

涌谷町国民健康保険病院で肺炎球菌ワクチンを接種しませんか

肺炎の疫学

肺炎は、比較的発症頻度が高いながら、高齢者では重症化し、時に致死的となる重大な疾患です。2022年の厚生労働省の人口動態統計によると、肺炎は日本人の死因の第5位(4.8%)、誤嚥性肺炎は第6位(3.8%)であり、両者を足すと第4位となっています。これらの予防については、予防接種と口腔ケアの2つが重要になってきます。口腔ケアについては個人で質の高いケアを行うことは難しいため、歯科医師・歯科衛生士といった専門家への受診が望ましいとされます。予防接種については、さまざまな種類のワクチンが存在していますが、肺炎を起こす病原体の代表となる肺炎球菌のワクチンについてご紹介していきます。

肺炎球菌とワクチンの種類

肺炎球菌とは、市中で生活している人に発生する肺炎で最も多く、30~50%の確率で検出される細菌で、髄膜炎など肺以外での感染を起こす例もあります。日本人の高齢者の5~10%には鼻や喉の奥にこの菌が常在しているといわれています。肺炎球菌にはおよそ100種類の血清型が存在しますが、病原となる代表的な血清型をカバーするようにワクチンが設計されており、PCV20など、ワクチンの種類に入っている数字は対応する型の数を表しています。

定期接種制度と新しくなったワクチン

高齢者の重症肺炎を予防するために、65歳になる方や、60~64歳で心臓・腎臓・呼吸器に日常生活が制限されるような障害があるまたはヒト免疫不全ウイルスによって日常生活がほとんど不可能な免疫機能の障害がある方を対象にして、肺炎球菌ワクチンの定期接種が行わ

れています。平成26年からはPPSV23(ニューモバックス®)が定期接種に使われてきましたが、2026年4月からは、PCV20(プレベナー®)に変更されます。数字を見ると、以前までのワクチンの方が多くの種類に対応しているようですが、厚生労働省研究班による原因菌の解析では、PCV20とPPSV23でほとんど変わらない約50%の血清型カバー率を示しています。さらに、2つのワクチンは接種した後の免疫を得るメカニズムが異なっているため、PCV20の方がPPSV23よりも高い有効性が期待できるとされます。PPSVは4~7年で免疫が失われていくのに対し、PCVは結合型ワクチンという種類で、長期間にわたり免疫が持続するため、1度接種すれば基本的に再接種は不要とされるのも特徴です。

また、涌谷町国民健康保険病院では未採用ですが、2025年10月から、より広い範囲をカバーした新しいワクチンであるPCV21(キャップバックス®)が日本でも使用可能となっています。

これまでに高齢者肺炎球菌ワクチン接種をしたことがある方は、定期接種の対象外(任意接種、全額自費)となりますが、最後の接種から1年以上経過していれば、新しいワクチンを追加で接種できます。涌谷町国民健康保険病院でも、肺炎球菌ワクチンを含め、インフルエンザ・新型コロナウイルスや帯状疱疹などさまざまな予防接種を取り扱っておりますので、ぜひ受診した際など、お気軽にご質問ください。

【寄稿】

涌谷町国民健康保険病院
内科医師
熱海 匡史



令和8年度「8020よい歯のコンクール」応募者を募集します

▼対象

令和8年6月4日現在満85歳以上で自分の歯が20本以上(つめたり、かぶせたりした歯でも可)残っており、健康状態が良好で、定期的に(年2回以上)歯科健診を受けている人ただし、令和7年に本コンクールで受賞した人の応募はご遠慮ください。

▼応募方法

官製はがきかファクスで住所、氏名(フリガナ)、生年月日、年齢、電話番号、かかりつけ歯科医院名または最寄りの歯科医院名を記入の上、応募先まで申し込んでください。

▼応募締切日

令和8年5月22日(金)

▼応募先

〒98010803
仙台市青葉区国分町1丁目5-1
宮城県歯科医師会「コンクール事務局」あて
☎022-2222-5960
ファクス022-2225-4843

▼表彰

最優秀賞、特別賞、公益財団法人8020推進財団理事長表彰、優秀賞、8020賞の区分により賞状などは受賞者に送付されます。

▼審査発表

審査結果は、応募者に8月下旬頃に通知します。受賞者は、その氏名、年齢および住所の市町村名をホームページや刊行物などに掲載する場合がありますので、ご了承ください。

▼問い合わせ・申し込み先

健康課健康づくり班
☎25-17973



在宅医療 介護連携推進事業コラム

～住み慣れた地域で
自分らしい暮らしを人生の最期まで～

今月の担当は、戸田歯科医院院長の戸田慎治先生です。 在宅支援を支える肺炎予防

予防医学がこれだけ進歩しているのに、肺炎は今でも珍しくない病気の一つです。

そして、高齢者の肺炎のほとんどは、飲み込む力の低下で起こる誤嚥性肺炎だといわれています。誤嚥性肺炎とは、口の中の細菌や食べ物が誤って肺に入ってしまうことで起こります。20年ほど前、「口の中をきれいにしておくことが肺炎の予防につながるのではないか」との考えから、全国11カ所の特別養護老人ホームで2年間にわたる調査が行われました。施設入所者366人のうち、184人は口腔ケアを受けたのに対し、182人は従来どおりとしました。その結果、2年間で新たな肺炎が発

症したのは、口腔ケアを受けていない182人の中で34人(19%)、口腔ケアを受けていたグループ184人の中では21人(11%)でした。さらに口腔ケアを受けていないグループでは30人(16%)が肺炎で死亡したのに対し、口腔ケアを受けていたグループでは14人(7%)との結果が出ました。

この調査で、口腔ケアは肺炎予防に効果的であることが分かりました。つまり、肺炎は自分自身のケアと、周囲の理解とケアで予防可能です。ただし、ご自身・ご家族だけで毎日継続することが難しいケースも出てくるでしょう。そのような場合は、保健・福祉・医療・介護に携わる専門職に相談してみてもはどうでしょうか。

【在宅医療・介護連携に関する問い合わせ先】

福祉課包括支援班 ☎25-7903

3月の3歳児健診

むし歯のなかったお子さん



2の2区
佐々木 夢紬 ちゃん



9の2区
大津 晴翔 くん



9の2区
佐々木 芽依 ちゃん



9の3区
佐々木 榎心 ちゃん



9の3区
安住 帆高 くん



10区
大田 航生 くん



10区
大平 遥斗 くん



黄金区
中塩 陽葵 ちゃん



下郡区
及川 凜華 ちゃん

涌谷町総合型地域スポーツクラブ会員募集

年齢や性別に関係なく、誰でも会員になることができます。会員になると、下記の4種目すべてに、自由に参加可能です。詳しくは、事務局までお問い合わせください。

▶教室ごとの開催予定

▶ヨガ 毎週木曜日 昼13時30分～・夜19時～

▶体カアップ教室 毎月第2・4火曜日 15時～

▶ストリートダンス 毎月2回 11時～

(日程はお問い合わせください)

▶ノルディックウォーキング 4～11月までの月1回

▶会場 涌谷公民館(ノルディックウォーキングのみ移動研修あり)

▶入会金など 入会金1,000円、年会費2,000円
参加費1回500円

▶体験料 初回500円、2回目以降は1,000円

▶問い合わせ先 涌谷町総合型地域スポーツクラブ事務局
涌谷町教育委員会生涯学習課

涌谷公民館図書室

5月16日は旅の日。旅に関する本を紹介します。

【一般書】旅猫リポート

著 有川浩

野良猫のナナは、瀕死の自分を助けてくれたサトルと暮らし始めた。それから五年が経ち、ある事情からサトルはナナを手離すことに。『僕の猫をもらってくれませんか?』一人と一匹は銀色のワゴンで最後の旅に出る。

【児童書】旅の絵本

作 安野光雅

中世ヨーロッパを舞台に、馬に乗った旅人が、農村や街を抜けて進んでいきます。行く先々で描かれるのは、そこで暮らす人々の生活や行事、そしてその地域の街並みや自然。克明繊細な筆致で、中部ヨーロッパの暮らしがとらえられています。

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5月23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。

▶問い合わせ先 涌谷公民館図書室 ☎25-5501

涌谷町総合型地域スポーツクラブ ノルディックウォーキング参加者募集

岩手県陸前高田市でノルディックウォーキングを行います。雨天時は中止となります。

▶日時 5月23日(土)涌谷公民館 7時30分集合、16時解散

▶参加費 会員1,000円、体験2,000円

▶持参物 運動に適した服装・ポール(貸出可)・タオル・飲み物

▶申込方法 5月15日(金)まで生涯学習課に電話で申し込み

大人の趣味講座

こ・しえる雅舎の「切り絵講座」

▶日時 6月7日(日)10時～12時

▶場所 涌谷公民館 ▶定員 10人

▶参加費 500円(材料代)

▶講師 手作り工房 こ・しえる雅舎
創り人 佐藤雅弘氏

▶申込方法 5月25日(月)までに電話で申し込み

問い合わせ先 涌谷公民館 (生涯学習課) ☎43-3001

このたび、涌谷町地域おこし協力隊に任命されました、浅野哲也と申します。

涌谷町は父の出身地であり、私にとっても特別な場所です。幼少の頃には何度もこの地を訪れ、田畑を駆け回ったり、飼育されている牛を追いかけてたり、冬には積み上げられた雪山でそり遊びをしたりと、都会ではなかなかできない貴重な体験をさせていただきました。また、涌谷町を訪れるたびに、優しい祖母や温かく迎え入れてくれる親戚の存在があり、その思い出が今も心に深く残っています。このような背景もあり、涌谷の地で暮らしたいと考えるようになりました。

今後の活動においては、まず涌谷町を深く知ることから始めたいと考えております。歴史、文化、風土、産業、教育、



そしてそこに暮らす人々について理解を深め、その中で町が求めていること、自分ができることを見極めながら、段階的に取り組んでまいります。また、関係人口の創出・拡大は欠かすことのできない重要な課題であると認識しております。幼い頃に目にした、人々が行き交い、にぎわいにあふれていた町の姿を思い描きながら、その活気を少しでも取り戻す一助となれば幸いです。

そして、町外の方々にも「訪れたい」と思っていただけのような、明るく、楽しく、豊かな涌谷町づくりに貢献していきたいと考えております。何卒よろしくお願い申し上げます。

戸籍の窓

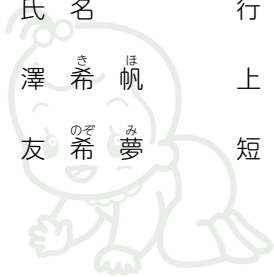
3月1日～31日届出分

(行政区順 敬称略)

誕生おめでとう

生まれた人

| 氏名 | 行政区 |
|---------|-------|
| 成 澤 希 帆 | 上 町 区 |
| 大 友 希 夢 | 短 台 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 | 氏名 | 年齢 | 行政区 |
|---------|----|------|--------|----|------|
| 佐々木 秀子 | 97 | 2の2区 | 高橋 彬 | 82 | 下小塚区 |
| 三塚 友枝 | 60 | 2の3区 | 佐藤 澄子 | 88 | 城山区 |
| 安部 教子 | 85 | 3区 | 坂本 四郎 | 95 | 城山区 |
| 鈴木 昭悟 | 96 | 5の2区 | 櫻井 康子 | 95 | 上町区 |
| 二郷 勝夫 | 85 | 9の2区 | 渋谷 祝子 | 73 | 下郡区 |
| 佐々木 シゲコ | 88 | 9の3区 | 佐々木 洋子 | 53 | 上郡1区 |
| 後藤 悦子 | 91 | 10区 | 平 たい子 | 94 | 長根区 |
| 櫻井 喜八郎 | 90 | 10区 | 木村 義光 | 81 | 小里区 |
| | | | 木村 幸弘 | 73 | 太田区 |

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

3月31日現在()内は前月比

| 人口と世帯 | | 令和8年3月の動き | |
|-------|----------------|--------------|-----|
| 人口計 | 13,851人 (-53人) | 出生 | 2人 |
| 男性 | 6,812人 (-39人) | 死亡 | 21人 |
| 女性 | 7,039人 (-14人) | 転入 | 55人 |
| 世帯数 | 5,963世帯 (+5世帯) | 転出 | 89人 |
| | | 令和8年の出生および死亡 | |
| | | 出生 | 7人 |
| | | 死亡 | 62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 |
|----------|-----------------|----------|----------|----------------|----------|
| 5月 3日(日) | 美里町立南郷病院(美里町) | ☎58-1234 | 5月10日(日) | 熱海医院(美里町) | ☎33-2020 |
| 5月 4日(月) | 小牛田内科クリニック(美里町) | ☎32-5959 | 5月17日(日) | 米谷医院(涌谷町) | ☎44-1133 |
| 5月 5日(火) | 涌谷町国保病院(涌谷町) | ☎43-5111 | 5月24日(日) | わくや整形外科(涌谷町) | ☎43-5553 |
| 5月 6日(水) | 東泉堂病院(涌谷町) | ☎42-3333 | 5月31日(日) | いせ内科クリニック(美里町) | ☎87-8767 |

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

高橋

一夫さん

(元宮城県クレー射撃協会会長)



宮城県のクレー射撃界を 導いた元会長の軌跡

長年にわたり宮城県のクレー射撃界をけん引してきたのが、今回の黄金人、高橋一夫さんです。高橋さんは、涌谷町内に本社を構える有限会社テラ構造設計の社長として建築物設計を手がける一方で、宮城県クレー射撃協会の会長として、競技人口の拡大や若手育成などに尽力してきました。

高橋さんは涌谷高校を卒業後、25歳で独立して設計会社を設立。その後、仕事に打ち込みながら年月を重ね、クレー射撃と出会ったのは、14年後の39歳の時でした。近所の猟師から誘われたことが

きっかけで、動く標的を狙う難しさや奥深さに魅了され、競技にのめり込んでいきました。クレー射撃には、スキートとトラップの2種目があり、スキートは左右から流れてくるクレーを、トラップは射撃手の15m前方から、離れていくように飛ばされるクレーを撃つ競技です。高橋さんは主にスキートを専門としながら、週に一度射撃場に通い、各種大会に出場して射撃の腕を磨きました。

そして、平成26年から宮城県クレー射撃協会の会長に就任し、令和6年までの10年間、会長として宮城県のクレー射撃界を主導。前会長からの推薦に高橋さんは「断る理由がなかった」と笑いますが、その裏には、競技普及へ強い使命感

がありました。競技人口拡大のため、女性シューターの発掘や競技の魅力発信に取り組んだほか、若手育成にも注力。射撃を希望する大学生に対し、銃の構え方や撃ち方をはじめとした射撃練習の補助や、競技用具の提供なども実施しました。また、会長在任中も選手として大会に出場し、第一線で活躍。平成28年の希望郷いわて国体には選手として、令和6年のSAGA国スポには監督として宮城県の代表を背負いました。令和3年には、東京オリンピック2020クレー射撃競技に運営スタッフとして参加し、長年の経験を生かして、国際大会の審判も務めました。

クレー射撃の魅力について高橋さんは、

「飛ぶクレーの少し先を撃つ。どのタイミングで引き金を引くか駆け引きがあつて、その読みが合った瞬間の気持ち良さは別格です」と笑顔で語ります。一方でその難しさについて、「射撃はメンタルの影響が大きい競技なので、考えすぎると当たらない。リラックスして無心で撃つことが良い結果につながる」と射撃の奥深さを強調します。

今後について高橋さんは、「会長退任後は1年間休養したので、今年から本格的に競技へ復帰するつもり。早速、今年の国スポ予選にも出場予定で、今後も可能な範囲で競技を続けていきたい」と語り、静かな闘志を胸に再び射台に立ちます。



広報わくや

令和8年5月1日

通算850号

【編集・発行】

涌谷町 企画財政課

企画班

〒987-0192

宮城県遠田郡涌谷町字新町裏153番地2

TEL 0229-43-2112

FAX 0229-43-2693

E-mail gr-kikaku@town.wakuya.miyagi.jp

URL https://www.town.wakuya.miyagi.jp

【印刷】

総論木印刷所