

ぐりぐりぐりぐり

からだづくりを
ぐりぐり！

「小さな町でも夢は
持ち続けなきゃ」と、
相棒のサッカー
ボールに埋もれる
村松さん。

栗山町って
どこ？
その悔しさを
バネに。

二人のお兄さんの影響でサッカーの世界に足を踏み入れた村松純さん。最初は運動遊びの延長だったが、小学6年生で北海道代表に選抜されます。そして見事「UHB北海道選抜大会」で準優勝！栗山町初の快挙となったこの経験が、村松さんの大きな自信になりました。しかし一方でこんなことも。「大会で地方に行くたびに『栗山町？どこそれ？』なんて言われて。相当悔しかったんですよ。確かに小さな町だけど、知られていないなら自分から道を切り拓けばいい。ここから、栗山町をメジャーにするための挑戦が始まります。」

中学一年生で「北海道コンサドーレ札幌U-15」へ。栗山町初となるコンサドーレ所属、さらに北海道初となる2年連続全国大会準優勝。これはスポーツ選手を夢見る栗山町の子どもたちに

とって大きな希望になったことでしょう。「そうやっていけばいいですね。チャレンジをすれば形になるということを、少しでも体現できたのではと思います」。さらに高校生になると海外遠征メンバーとしてオランダやイタリア、アメリカ等でプレーし活躍の幅を広げます。

「2年前に長野県から栗山に帰ってきました。生まれ育った町に恩返しをしたい。今はその気持ちでいっぱいです。」

現在は「サンクススポーツクラブ」で小中学生へのサッカー指導、幼稚園やこども園での運動教室、「生きがいづくり事業」のトレーナーとして活躍。栗山町民の体を鍛えるために、日々尽力しています。



サックススポーツクラブ 村松純

栗山町角田出身。元『北海道コンサドーレ札幌』U-15選手。『トヨタ自動車北海道』等で活躍した後、2019年に栗山町に帰郷。『サックススポーツクラブ』では地元の子どもや高齢者たちを対象としたスポーツ・健康づくりに携わる。4人のお子さんの父親という一面も。

NPO法人 サックススポーツクラブ

〒069-1511 栗山町中央1-315
TEL 0123-72-6655



栗山町のこと、スポーツのこと、キラキラと目を輝かせながら話す村松さんに、「運動の大切さ」という初歩的な質問を投げってみました。「やっぱり何事も体が資本じゃないですか。長く生きるために運動は必要。心の栄養にもなるし、いいことしかないですよ!」。スポーツをすることで汗をかく、笑顔になれる。つまり心も体も元気になれるということなんですね。さらに村松さんは子どもたちの心を育むために、サッカーを指導する際に大切に

スポーツを通して心も元気に



うだるような暑さの中、一人爽やかな村松さん。段違いの身体能力に驚かされる。

ていることがあります。「強くなるための技術はもちろんですが、礼儀も教えています。いろいろな人に支えられて試合ができていくわけですから、勝ち負け問わず感謝の気持ちを伝えられる人になってほしいですね」。練習中は子どもたちの

発想力や意見に驚かされることもあるようで、自身が学ばされることも多いといいます。

もう一つのフィールドである「生きがいづくり事業」では、65歳以上の町民を対象にストレッチや脳トレなど健康のための運動教室を開催しています。参加者の中には村松さんを息子のよう、孫のように親しみをもち栗山町の歴史を教

えてくれる方も。「自分が生まれる前の角田の話を聞いて楽しいんですよ。日々新たな発見があります」と村松さん。コロナ禍の外出自粛で身体活動が減少し、心身の健康に不安を抱える高齢者が増えました。そこで、この教室が町民の方たちのコミュニケーションの場として活用してもらえればと話します。

「皆さんの協力が不可欠ですが、これからも夢を持つことの大切さを伝えていきたいですね」。スポーツを通して、小さなこの町に光を。村松さんが持ち続けた情熱は今、地元栗山町を照らす灯火になっています。

呼吸と共に全身を整える、ヨガ



初心者も気軽に楽しめる唯専寺での寺ヨガ。参加者の中にはご住職の姿もありました。

Sun Pada(サンパダ) 大西雅美

お寺ヨガ(日曜、不定期開催)のほか、栗山町スポーツセンター(毎週土曜9時~予約制)でヨガサークルを開催。足のお悩み、フットケアのお問い合わせも受付。

TEL 090-2076-2176(大西)

足って奥深いんですよ〜



健康のポイントは「足」なんです

誤った履き方。これによって膝痛・腰痛など健康状態に影響が出てしまうといえます。「自分の足をきちんと知ることが大切。あなたの足もアーチが崩れていますよ(笑)」ドキッとしつつなんと靴を選んでいくことを猛省。プロの目はこまかせないものです。

ヨガを始めようとしても体の硬さで諦めてしまう方が多いようですが、そういう方こそ向いているのだとか。「最初は硬くても続けることで柔軟性としなやかな筋肉をつけることができますよ」。自分自身を整えるため、ヨガにチャレンジしてみませんか?



爽やかな夏の風が気持ちいい「唯専寺」本堂。カラフルなウェアを身に着けた町民たちが、寺ヨガをに集まってきました。「自分がワクワクできることは、きっと人も楽しませることができる。寺ヨガもそうですが、自分から何かを発信することが好きなんです」と話すのは、現在3つの仕事を掛け持つ大西雅美さんです。

看護職をする中で足の健康に興味を持ち、横浜の足の専門校で医療フットケアスペシャリストの資格を取得。足のケアだけでなく、しっかりと大地を踏みしめる筋力が必要と考え、ヨガインストラクターの資

御大師山に佇む、喫茶ひととき

朝の澄んだ空気を味わいながら栗山公園で遊んで、御大師山周辺をウォーキング。そのままふらりと朝食を摂ることができたら。そんな理想を叶えてくれるお店がオープンしました。

四季折々の表情を持つ御大師山の麓の『緑香苑』を進むと、北海道では珍しい茶室『延寿庵』がある数寄屋風の家屋が見えてきます。そこが『喫茶ひととき』。オーナーの後藤博樹さんが、地域の方にもっと利用してもらいたいとの想いで喫茶店の開業を提案。地域おこし協力隊員として栗山町に移住した山中美樹さんと縁があり、開業となりました。景観はもちろんのこと、自慢は時間をかけて考案したメニュー

です。「ヘンプオイルそばや「イングリッシュマフィン」など、一見テグロリが不思議に感じますが、「自信を持って『おいしい!』と思えるものしか出したくなくて。こだわっているうちにこのスタイルになりました。評判も上々でうれしいです!」。吟味を重ねた軽食&ドリンクは、心と体においしいものばかりです。窓から庭園を望みながら、ほっとするひとときを過ごしてはいかがでしょうか。

散策した後は
おいしい時間を

喫茶ひととき

〒069-1501 栗山町桜丘1-77
TEL 0123-72-0381
営業時間8:30~18:30
(土曜・日曜・祝日のみ営業)



喫茶店とスノースクールで忙しく活動する山中美樹さんとご主人でスキーヤーの敦さん。『緑香苑』オーナーの後藤博樹さん(写真右)とご一緒に。



一般開放されている園庭



聖観音菩薩像



園庭の上にある『花の回廊』の陶板



緑と風と陽の表情が豊かな『緑香苑』。歩く楽しみが尽きない。



茶室『延寿庵』

日本庭園『緑香苑』

現所有者である後藤博樹さんの父、後藤三夫さんが昭和30年代から約30年かけて作り上げた、御大師山の麓の庭園。「春は桜、夏はオオムラサキ、秋は栗」を夢見て植えられたさまざまな樹々が3,000坪の敷地を彩ります。園内にある茶室は建築史家の中村昌生氏による希少な建造物。茶道数内流の家元によって『延寿庵』と命名されました。『緑香苑』は私有地ですが、先代の意志を引継ぎ、誰もが訪れることができるよう開放されています。

スキーは自転車
より簡単、かも!?

くりやまスノースクール

〒069-1501 栗山町桜丘3-107-1
TEL 050-1551-8384
開校期間 12月~3月予定

町内外のファミリーに親しまれていた「栗山スキー場」が廃止されて2年。栗山町でスキーを楽しめないうちは寂しい、と思っていたところ「くりやまスノースクール」を発見。ここでは、山中敦さんと奥様の美樹さんが、自身で所有する山を拠点にスキー教室や雪遊びなどを行っています。敦さん、実はSIAインストラクターの最高レベルである「SIAカード」を取得し、協会最上位の称号「イクザミネーター」資格の認定を受けた凄腕のスキーヤー。資格取得を目指す上級者はもちろん、既にインストラクターとして活躍する有資格者までもが、敦さんから学を得るために訪れています。

ハイレベルなレッスンが多いとなると指導方針も複雑になるのでしょうか。「スキーは道具を使った遊びなんです。決して特別なものではありません。道具の使い方さえ理解できれば、自転車より自由気ままに楽しめるようになりますよ!」にやかな敦さんから、意外で頼もしいアドバイスがありました。

また、昨年から長沼スキー場において小中学生を中心とした地域密着型のスキーレッスンを開始。拠点とするプライベートの森では冬を満喫する体験ツアーとして「森の秘密基地づくり」や「山の暮らし雪まみれツアー」など子どもから大人まで楽しめるアイデアにあふれたメニューを展開しています。コロナ禍でスキー旅行者が激減する中、ゲレンデのレッスンと自然を満喫するツアー、両方の顔を持つ「くりやまスノースクール」。冬も運動不足解消! 大自然の中で心を開放しませんか?

山と遊ぶ、くりやまスノースクール



昭和38年創業、町で最古の喫茶店



58年前、栗山駅前近くに『越前屋』という蕎麦屋がありました。その2階にあった喫茶店、それが今も変わらず営業している『喫茶セブン』です。どんなお店かとワクワクしながら細い階段を登ると、まるで映画のセットのような昭和レトロな空間が。常連さんもあるんだけどね、みんなお歳だからその階段が辛いみたい(笑)。そう話してくれたのはママの吉田憲子さん。蕎麦屋と喫茶店を営む吉田家に嫁ぎ、50年前からこのカウンターに立ち始めました。

会話があるから
元気になれる

空っぽになる日が続いたようですが、店を開けることでその気持ち少しづつ晴れていったと話します。「お客さんとおしゃべりしていたら、元気がなってきたの。人と人との会話って本当に大事よ。直接的な言葉でなくても、何気ない会話から伝わる人の優しさ。さっとママからも常連さんに優しさを与えていることでしょう。」



喧騒を忘れて自分の時間を過ごせる店内。ママ手作りの料理は心までおいしさが染み渡る。



喫茶セブン
〒069-1511 栗山町中央2-170-1
TEL 0123-72-0358
営業時間 11:00~22:00
定休日 日曜日

といつもメニューが豊富で値段がリーズナブル。チャージャーが500円、ナポリタンも500円。これは昔、高校生の利用が多かった時に「少しでもお求めやすいように」と設定した金額なのとか。時代は変わり、今では近くで働くサラリーマンや、レトロ好きな人たちが訪れる喫茶店になりました。昔から変わらず大切にしていることを聞くと…
「繁盛しても贅沢しないことね。だから今もやっていられるの。これからは少しでも長く続けたいわね。」

クリエイターズマーケットからのお知らせ

●ワークショップに参加しよう!

2017年9月のオープン以来、少しずつ栗山町に定着してきた町営のハンドメイド雑貨店。展示販売だけでなく、出展作家等によるワークショップが開催されています。お子さまから高齢者まで、誰でも短時間で自分だけのハンドメイド作品を作ることが出来ます。日程は町のホームページや、店内のカレンダー等でご確認ください。



●LINE友だち登録で特典が!

『クリエイターズマーケット』公式LINEの友だち登録をして、来店いただくとポイント進呈。5ポイントでオリジナルタオルをプレゼントいたします。気軽に立ち寄って、ポイントを集めませんか?



●コンテスト入賞作品展示中!

昨年に引き続き、栗をモチーフにしたハンドメイド作品のコンテストを実施。10月初めに決定する入賞作品を手にとってご覧いただけます。



くりやま
クリエイターズ
マーケット
(不定期営業)

〒069-1511 栗山町中央3-6(栗山駅から徒歩1分)
営業時間 11:00~17:00

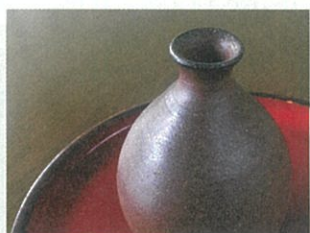
営業状況や、店番のクリエイターはこちらをチェック!

くりやまクリエイターズマーケット

読者プレゼント

本誌についてのアンケートにご協力ください。お答えいただいた方の中から抽選で5名様に、栗山町在住の陶芸家、石川進一さん(SUSU)謹製の「クリエイター」のまわし、栗山町 オリジナルくり型と「くり」をプレゼントします。

■回答期限 2021年12月15日(水)まで



アンケートはこちら→
<https://www.harp.lg.jp/BrNxro5a>



本誌について、くりやま若者シティプロモーションについてのお問い合わせ

栗山町若者定住推進課

TEL 0123-73-7521
FAX 0123-72-3179



くりやまほっとらいふ



くりエイトするまち

山町
KURIYAMA TOWN