



和歌山のお手玉の会（ななこの会）
全国から6団体の中に推薦される。

地域活動推進者中央研修会

全国明るい長寿社会づくり協議会で発表

和歌山のお手玉の会ななこの会は、昨年12月に東京で開催された地域活動推進者中央研修会で、全国から選ばれた6団体とともに活動事例報告を行いました。

研修会は、長年にわたって培ってきた豊富な知識、経験や技術を活かし、地域で社会活動を行っている個人や団体が全国から参加して、地域活動推進者としての資質向上を目的として開催されるものです。

和歌山のお手玉の会は、子どもから高齢者まで幅広い方々を対象者に、お手玉教室の開催や、福祉施設などへの訪問指導など、お手玉遊びの普及と技を伝える活動を行っています。

また、会員は、技の向上にも取り組んでいて、全国お手玉遊び大会で優勝するなど、の成果を上げています。

このたびの活動事例報告では、森勝代会長と石橋妙子副会長が、活動を行う上で工夫している点、苦労している点についての報告や、技の披露も行いました。

森会長は、「お手玉一つで脳を活性化させる効果や、人の輪、笑顔の輪が広がるお手玉遊びに出会い、ほんとうによかった。これからもお手玉の文化の継承と、子どもから大人まで、楽しめる現代風お手玉遊びの創造を目指して、地域に根ざした活動をしていきたい」と報告しました。

報告のあと、コーディネーターから、「お手玉には、見る・作る・遊ぶの要素があり、仲間づくりの手段としても素晴らしい」との評価があり、参加者からは「お手玉は奥が深いですね」との感想が述べられていました。

ネット脳、緊急事態

急増する「ネット&ゲーム依存」の正体

日本大学・森昭雄教授の新刊

出版：主婦の生活社



「ゲーム脳」の命名者の日本大学の森昭雄教授（日本のお手玉の会顧問）が、昨年末に新刊「ネット脳、緊急事態」急増す「ネット&ゲーム依存」の正体」を、主婦と生活社から出版されました。著書の中で森教授は、次のようにいっています。

「私が10年前に拙著『ゲーム脳の恐怖』で取り上げたのは、ゲーム依存に陥った人々の脳の活動、とりわけ人間にとって非常に重要な働きをする前頭前野における活動低下の問題でした。しかし、いまや多くのゲームは昔と異なりオンラインゲーム（ネットゲーム、ネットゲともいう）であり、インターネットは生活の中であまりにも当たり前の情報環境になっていきます。本書では、すでに取り上げたゲーム依存、そして新たに加わったケータイ依存とネット依存に関わる脳の働きに共通する機器を取り上げています。」

そして、ゲーム依存から立ち直る手立てとして、森教授はお手玉をすすめています。「お手玉は、落ちてくるお手玉をとらえて、また上に放る連続技という点が脳によいのです。これは、一度に扱うお手玉が、3個以上になると効果がきめんに現れます。前頭前野は意思決定の場所であり、そこからの出力は運動連合野から運動野に伝わり、運動野の出力によってその信号は脊髄を介して手足を動かすのです。」

実際には、前頭前野以外に体性間隔野、運動連合野、運動野、空間位置に関係している頭頂連合野などが、神経ネットワークによって活性化します。ジャグリングの研究もお手玉においても同様ことが考えられます。」

このように、お手玉が、ゲーム脳、ネット脳の改善に効果があることを説いてくれています。