



トライアスロンで金メダリストを育てる活動を展開している『宇都宮 村上塾』

トライアスロンはそれぞれのベースに合わせて生涯にわたり人生を健康に過ごすことができる最高のスポーツです。トライアスロンを知り尽くす指導者とライフスタイルに合わせたトライアスロンを楽しめます!



一般社団法人 宇都宮村上塾
塾長 村上 晃史

動画で配信! 【第146講目】印刷工場 課外授業

ホームページ・YouTubeにて配信中!

オリンピックのトライアスロンコーチが伝授!

『正しい歩き方。』



今月の印刷工場課外授業は、宇都宮市内でトライアスロン指導をする「一般社団法人 宇都宮村上塾 村上塾長」にご協力いただき、「正しい歩き方」を教えてくださいました!皆さんは歩く時、姿勢や膝の方向などを意識していますか?間違った歩き方は、怪我や体の歪みに繋がってしまうのです。動画では正しい歩き方をするためのポイントだけでなく、正しく歩くために必要な筋肉の運動方法も解説しています。また、動画で実演していただいた、村上塾塾長の村上晃史さんは、2021年に開催された、東京オリンピックトライアスロン男子日本チームにコーチとして参加したものすごい方なんです!!!

誰でも真似しやすいように、一つ一つの工程を実演しているので、ぜひ動画をみながら実践してみてください。

印刷工場みやもとホームページ

印刷工場みやもと | 検索



YouTube

YouTube 株式会社みやもと | 検索



株式会社 みやもと ■ 本社/宇都宮市中戸祭1-4-5 tel.028-622-5156 ■ 鹿沼工場/鹿沼市茂呂2467-2/木工団地 tel.0289-60-2111

こちらの『宮本通信』は、小ロット付加価値印刷を実現するデジタルプリントオンデマンド機 RICOH Pro C7100s で印刷しています。

WEB連動集客応援ニュースレター



印刷工場みやもと 検索
うつのみやシニア通信 検索
デジタルプリントメーカーズ 検索

printing factory
miyamoto

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

宮本通信

「株式会社みやもとのミッション」私たちの行動で世の中を明るくします!

2022. 4月号
Vol.235
お問い合わせは みやもと本社
tel.028-622-5156

director/makoto miyamoto editor in chief/hiroyuki arai illustrator/Yoshinao Taguchi Ayame Suzuki writer/yasuo okada eriko imamura miyamoto all staff 印刷工場みやもと 企画制作部

The admiration for “HIRAISHI”

【巻頭コラム】 文 当社カメラマン/岡田 康男 イラスト デザイナー/田口 義尚

【男子の憧れ、災いから守ってくれる兜:避来矢(ひらいし)】

寒い冬が長かったせいか、急にやってきた!という感じの春4月です。そんな春の風物詩、桜の見頃は意外に短く、気がつくともう新芽が美しい季節やゴールデンウィークがやってきて、四季の基準となる五節句のひとつ「端午の節句」の準備がはじまります。端午の節句は、別名「菖蒲の節句」とも呼ばれ、「菖蒲=勝負」に掛けて、男子の誕生を祝い、健康で立身出世を願う祭りとして今も祝われている季節の催事で、武者装束を飾り、鯉のぼりを掲げて、柏餅くわがたを食べて健康を祈願します。その武者飾りに飾られる鎧よろいという、一般的には鍬形飾りが付いたものや角などの脇立が付いた華やかな装束の兜を思い描きますが、歴史的に貴重な武芸由来の兜が、意外にも栃木県にあるのをご存知でしょうか?それは唐澤山神社に伝わる「避来矢(ひらいし)」という兜です。「避来矢」は、我らが栃木のヒーロー藤原秀郷が、近江の瀬田で百足退治の礼として龍宮の王からもらったという鎧兜で、この鎧兜を着用していると飛んでくる矢に当たらなかったという伝説の鎧兜のことで、後に、藤原秀郷の子孫である足利忠綱の宇治川の合戦での逸話も有名です。代々下野国の藤原秀郷の子孫である佐野氏に伝えられましたが、江戸時代に火災に遭い兜鉢かぶとばちの金属部分のみが残っています。この兜鉢は、大鎧初期の形式を忠実に伝えている貴重なもので、明治になって唐澤山神社に移され、今でも大切に伝えられている国の重要文化財です。子供の誕生を祝い、健康な成長を願う「端午の節句」を迎えるこの季節、歴史的な兜に想いを馳せ、遠い平安の武士たちの歴史を想像してみるのも楽しいとは思いませんか?



足利忠綱

栃木のヒーロー
藤原秀郷伝説

©2018 MIYAMOTO INC.

ばんとう ぶし ざかん
坂東武士図鑑
藤原秀郷ポータルサイト
坂東武士図鑑

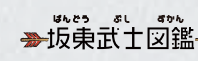


printing factory
miyamoto & 3D MAKERS & DIGITAL PRINT MAKERS

FACE BOOK PICK-UP!!

印刷工場みやもとのFacebookから人気記事をご紹介します!!

printing factory
miyamoto



こちらのQRコードからホームページ、各SNSのトップページに行くことができます。
最新情報をチェックしてください。
それぞれのお問い合わせはお電話でも大丈夫です。TEL.028-622-5156



とちぎSDGs
推進企業登録マーク



「宇都宮の街ナカを巡って百目鬼を探せ」
平成29年度宇都宮市民シニアプロモーション
支援事業 採択

- ・うつのみやCSRまちづくり貢献企業
- ・栃木県フロンティア企業 認証
- ・宇都宮市青少年健全育成推進 企業表彰

PICK-UP 1



【印刷工場課外授業 第144講目】

こんなつながりもあったんだ! 『宇都宮から見る「鎌倉殿の13人」』 3部作 大好評公開中!!

藤原秀郷をヒーローにする会
専務理事 岡田 康男 「坂東武士図鑑」編集長 齊藤 夢華

絶賛公開中の『宇都宮から見る「鎌倉殿の13人」』もいよいよ最終回となりました!
その1では宇都宮二荒山神社の秘密をお話して、今月はその2、3を連続公開しました。その2では栃木県小山氏の功績や小山三兄弟、頼朝の乳母のお話など。そしてその3ではいよいよ、「鎌倉殿の13人」に登場する人物の中で栃木県にゆかりのある人物たちの解説をしていきました。講師の岡田さんによると、13人の中の最低でも5人は「藤原系」の武士たちだそうです。ドラマの中には出てこないけれど、知れば知るほど栃木県のことを深く知れる情報が盛り沢山!「鎌倉幕府の成立は現在何年と言われているの?」「源頼朝が武芸を教えるに頼んだ人物って?」それらの疑問の答えを知りたい人は、ぜひ動画をチェックしてみてください!



印刷工場課外授業のSDGs



その2



その3



坂東武士図鑑 | 検索

<https://www.bando-bushi.com/>



『藤原秀郷』をヒーローにする会
会員募集中!!



PICK-UP 2



【坂東武士図鑑 編集長の旅ブログ】

静岡県 伊豆へ行ってみた!その1・2

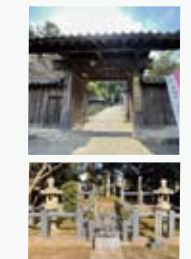
みなさんこんにちは!ポータルサイト「坂東武士図鑑」編集長のゆめかです!
前回の鎌倉の旅に続いての旅ブログ9回目です!今回はなんと!『鎌倉殿の13人』でもお馴染みの北条氏ゆかりの地、伊豆の国市へ行ってきました!じっくりというよりは、各所駆けずり回っていましたが、今まきに行きたスポットを含めて、ぐるりと見学してきました!!紙面では詳しく紹介しきれないので、是非「坂東武士図鑑」ポータルサイトの史跡観光ブログもご覧ください。ポータルサイトでは武士の始まり、藤原秀郷や坂東武士の歴史学的な史実、民話や伝説などの言い伝えもご紹介しています。



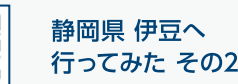
【大河ドラマ館】子供から大人まで沢山の方々を訪れていて大人気でした!実際に演者が着た着物や小道具が展示されていました。鎌倉殿(源頼朝)が大切に肌身離さず持っている小さな「もどり観音像」も見ることができました!当時の武士たちがなぜ烏帽子を被るのか?



【蛭ヶ小島(ひるがこじま)】頼朝が流されたこの蛭ヶ小島は、水田の中にあつた高地で蛭(ひる)がかつたことから付いた名だとのことです!



【左:願成就院(がんじょうじゅいん)】北條義時の父「時政」のお墓がある場所
【右:眞珠院(しんじゅいん)】八重姫の入水の場所



<https://www.bando-bushi.com/>