

J:COM末広体育館（市民総合体育館）・健康増進センターをご利用ください！

問合せ先 健康増進センター（☎469-1000 Fax469-6666
http://www.izumisano-c.jp/kenko/）

利用者	プール	トレーニング	ランニング
一般 (高校生以上)	1回 620円 (月極6,200円)	1回 410円 (月極4,100円)	1回 210円
高齢者(60歳以上の市内在住者)	1回 310円 (月極3,100円)	1回 210円 (月極2,100円) ※小学生以下 利用不可	1回 110円
3歳～中学生			

障害者手帳を持っている人は無料です。
※表示料金はすべて税込です。

◆トレーニングジム初回講習会

トレーニングジムをはじめて利用する人は受講してください。

時間 午前11時～正午、午後7時～8時

定員 各2人

料金 620円（トレーニングジム利用料含む）

※事前の予約が必要。障害者・介助者も初回講習会は有料です。

スポーツ

スポーツ推進課（J:COM末広体育館〔市民総合体育館〕内）

☎462-2000 Fax469-2286

受付：午前9時～午後5時15分
(休館日と土・日曜日以外の祝日除く)
※電話はおかけまちがいのないようにご注意ください。



中国のお盆

問合せ先 自治振興課

8月中旬日本はお盆休みです。中国にも同じ節（祭り）がありますが、清明節（せいめいせつ）は陰暦で行われ毎年4月の初旬になります。今回は中国のお盆を紹介します。

中国のお盆は「清明節」と呼ばれています。わが国の伝統的な清明節は、およそ周時代(中国の古い時代)に始まり、2,500年以上の歴史があります。清明は当時非常に重要な節で、清明節の季節になると気温が上昇し、春の耕作や植栽に適した時期であるため、「清明の前後にメロンや豆を植える」という古い諺があるくらいです。清明と冷食の日が近いため、(冷食の日は火気が禁止で墓の掃除をする日)次第に清明と

冷食とが一つになり、清明の呼称（こしょう）と風習が清明節になりました。清明節では火を使わないため、冷たい食べ物（お弁当）を持ってお墓掃除に行くことになります。

清明節は一般的に4月5日頃であり、春分から数えて15日目です。この時期になると活力が旺盛で、陰気（いんき）が衰え、すべてが「古いものを吐き出して新しいものを受け入れ、地球は春の風景をイメージし、若者にとってもお墓参りに最適な時期です。清明先祖祭は非常に長く、4月8日、または4月10日を挟んだ前後10日間行う地方がありますが、この20日近くが清明先祖祭です。今の中国は4月5日が祝日で、日本と違って休みは1日だけです。

清明節、春節、端午節、中秋節は、中国の4つの主要な伝統的な祭りとしても知られています。中国以外にも、ベトナム、韓国、マレーシア、シンガポールなど、清明節を祝う国や地域がいくつかあります。これらで国の伝統には、中国の伝統との類似点と相違点があります。2006年5月20日、中華人民共和国文化省によって宣言された清明節は、国務院により国の無形文化遺産に承認されました。

ところでみなさんは、沖縄にも清明祭があるのをご存じですか？沖縄の清明祭は4月5日から15日間行われ、この日になると家族でお墓の草取りや掃除をし、お墓の前にシートを敷きピクニックのようにご馳走を並べて、みんなで楽しめます。つまり花見と墓参りを一緒にするようなものですね。中国と日本とはこんな古い時代から交流があるのですね。



◀冷食



趙鑑 ◀国際交流員

今回の中国語

清明节（チン ミン ジイ）：清明節

扫墓（サオ ム）：墓参り式典

涼菜（リャン ツァ）：冷食