

ニューストピックス NEWS & TOPICS

空手で全国大会へ*花田崇一郎さんと武岡紅葉さん

東 京都で開催される第36回全国空手道選手権大会に出場する、花田崇一郎さんと武岡紅葉さんが南條宏教育長へ出場の報告に訪れました。花田さんは5歳から、武岡さんは小学2年生から町内の道場で腕を磨いてきました。南條教育長から「練習の成果を出して、優勝目指して頑張ってください」と激励されると、2人は、「1回戦を突破して少しでも良い成績を残したい」と健闘を誓いました。

(8月3日)



コカ・コーラ環境フォーラム 2016

環境教育・保全活動の促進を目的とした「コカ・コーラ環境フォーラム 2016」が雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウスで開催されました。環境教育や環境保全活動などに取り組む学校や団体を表彰する「第23回コカ・コーラ環境教育賞」の最終選考会では、応募総数87団体から選出された15団体が日頃から取り組んでいる活動やプロジェクトを、スライドを使って発表しました。

(8月5日～7日)

姉妹都市子ども交換のつどい

姉妹都市である宮城県角田市との相互交流事業「子ども交換のつどい」が、宮城県角田市で行われました。栗山町から小・中学生18人と引率者2人の派遣団が参加。5日に出発式を行い、フェリーで苫小牧港を出港。6日の朝に到着し、JAXA 角田宇宙センターをはじめとする市内各施設の見学や金津の七夕に参加。7日は角田市の子どもたちと交流し、8日に無事に帰町しました。

(8月5日～8日)



夏のひと時を楽しむ*スイミングフェスティバル

2016 くりやまスイミングフェスティバルが、栗山水泳プールで行われ43人の小学生が参加しました。競泳の部ではビート板自由形、平泳ぎ、自由形でこの夏の練習の成果を披露。また、プールの上に浮かべた板の上を走り抜ける「どこまで歩ける」などのレクリエーションも実施され、参加者は夏のひとときを楽しみました。

■大会新記録 平泳ぎ 25m 19秒02

遠藤 憧羽君 (栗山小6年)

(8月7日)



いきいきスクール 学校祭

受講生以外の方もぜひ
気軽にお越しください



栗山町生涯学習情報

マナビイ

栗山町教育委員会
総合福祉センター「しゃるる」
TEL72-1117 FAX72-6522

平成28年度いきいきスクール
これまでの経過と今後の予定

◆これまでの経過

- 5月20日(金) 講演「体操と健康」
- 6月28日(火) 交通安全教室
- 「栗山警察署講話」、「北海道警察音楽隊・カラーガード隊演奏」
- 7月19日(火) バス研修
- 「ちよつと行つてみたい旅」
- 札幌地方裁判所で模擬裁判、北海道警察本部見学、豊平館見学

◆今後の予定

- 学校祭 9月7日(水)～9日(金)
- 9日(金)には、ステージ発表・音楽療法協会の講演「音楽と健康」があります。皆さんで歌ったり楽器を演奏したりしてみませんか。
- (いきいきスクールの受講生以外の方も参加可能)
- 宿泊研修 10月3日(月)～4日(火)
- 「増毛方面」国稀酒造や、歴史的建造物、果物狩り、今年廃線になる留萌線(留萌～増毛)を巡る予定です。
- 講演会「食と健康」 11月
- (いきいきスクールの受講生以外の方も参加可能)
- ※日程が決まり次第お知らせします。
- ◆問い合わせ
町教育委員会社会教育グループ
☎1117

くりやま 地域大学 2016

【1回】 「食料生産と栄養」

◆日時

9月29日(木) 午後7時～8時30分

◆講師

酪農学園大学農食環境学群・食と健康学類
船津 保浩教授

【2回】

「新商品と資本主義の未来」

◆日時

10月6日(木) 午後7時～8時30分

◆講師

酪農学園大学農食環境学群・食と健康学類
清野 康二教授

【3回】

「このままで日本の食料・農業は大丈夫か？」

◆日時

10月13日(木) 午後7時～8時30分

◆講師

酪農学園大学農食環境学群・循環農学類
相原 晴伴教授

【4回】

「超高齢社会における食料品のアクセス問題とフードシステムの課題」

◆日時

10月20日(木) 午後7時～8時30分

◆講師

酪農学園大学農食環境学群・食と健康学類
深澤 史樹准教授

- ◆場所
総合福祉センター「しゃるる」
- ◆対象
18歳以上の町民
- ◆受講料
1,000円
- ◆定員
20人
- ◆申込先・問い合わせ
町教育委員会社会教育グループ
☎1117

第一期 通学合宿を終えて

みんなで

- ☆買い物物
- ☆朝食づくり
- ☆地域の人のお話を聞く
- ☆もらい湯

やってみる

- ☆誰も見ていなくても
- ☆良いと思うことを
- ☆できないことはきちんとお願い
- ☆あいさつ、マナー

気づき

- ☆いろいろな人の思い
- ☆支えてくれている人たち
- 直接／間接

日常

- ☆規則正しい生活習慣を考える
- ☆自分のことは自分で行う
- ☆テレビやゲームについて考える
- ☆異学年交流

■ねらい

- 子どもたちの望ましい生活習慣の定着
- 学校・家庭・地域の連携促進

■目的

小学4～6年生の児童が親元を離れ、炊事や洗濯など自分のことは自分で行いながら、学校に通う合宿形式の事業です。異学年で助け合ったり、地域の皆さんのサポートをいただきながら、社会性や協調性を育み、自立を促したりします。

通学合宿とは…

第一期の内容（6月26日～7月2日 31人参加）

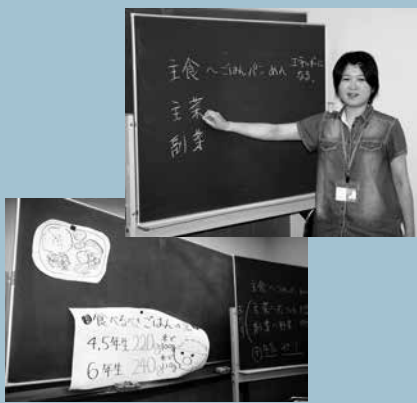
学習

- 家庭学習・宿題・読書・地域の方のお話し
- 中学校の先生による授業



食育

- 栄養について（管理栄養士）



生活

- 身の周りの整理整頓
- 洗濯



- ◆日程
 - 栗山小学校 10月26日(水)～29日(出)
 - 角田小学校 10月31日(月)～11月3日(木)
 - 継立小学校 10月31日(月)～11月3日(木)
- ◆申込期限 9月23日(金)
- ◆申込先・問い合わせ
 - 町教育委員会社会教育グループ
 - ☎11117

第二期の通学合宿の追加募集は、栗山小2人、角田小4人、継立小3人です。総合福祉センター備え付けの申込書でお申し込みください。※申込多数の場合は抽選で決定します。

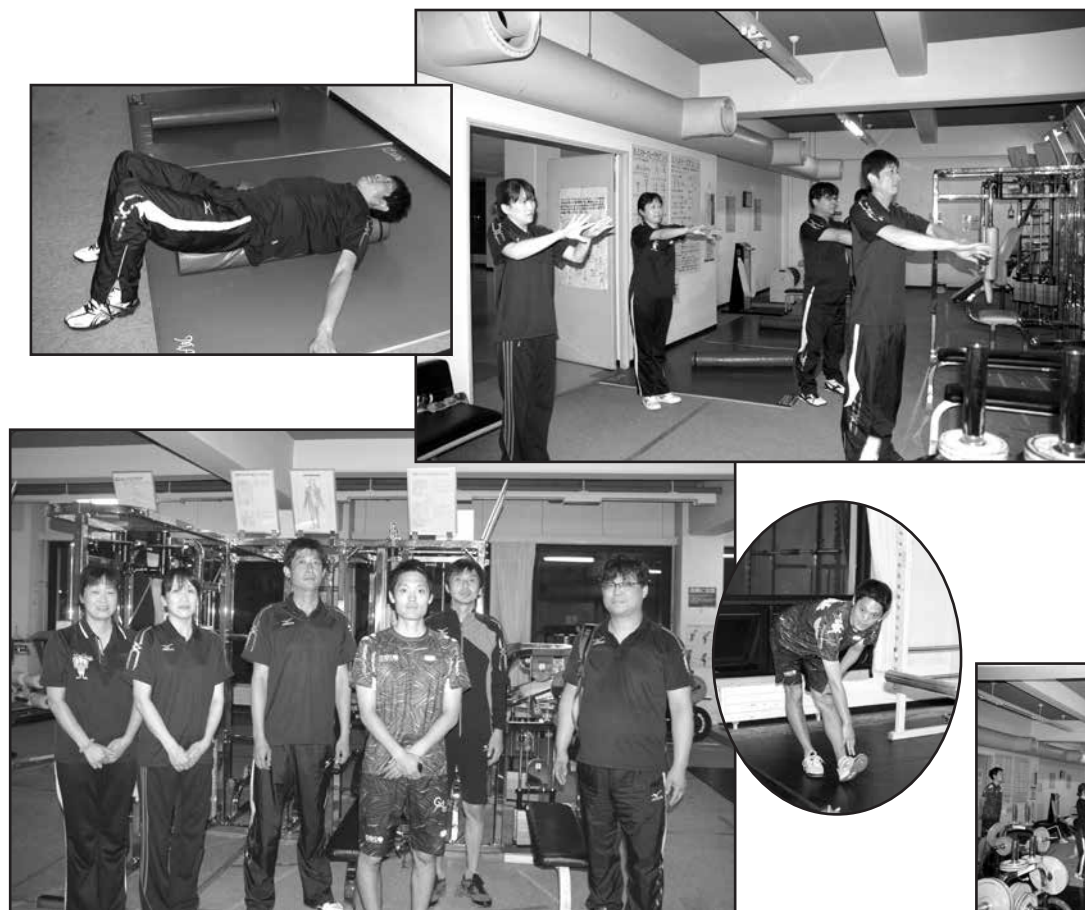
第二期の追加募集

- ・「食事のバランスについて、帰宅してから熱心に調べていた」
- ・「何度か『サンドイッチを作りたい!』といって作っていた」
- ・「私の動きを見て、『よし!』と自ら声をかけてくれた」
- ・「TVゲームの時間が短くなった」
- ・「残念ながら変化が感じられない」
- ・「良い事業と思うので少年団活動をしている子どもも参加しやすい日程を検討してほしい」

保護者アンケート

スポーツ推進委員が行く フィットネスプログラム

スポーツ推進委員 長澤網士



今回は、スポーツセンターで行われている「フィットネスプログラム」を紹介いたします。
最初にウォーミングアップとしてストレッチを全員で行い、トレーニングに入りました。スポーツセンター内の器具などを使用し、1種目30秒、種目の間でインターバルをとり、合計12種目を参加人数で回すサーキットトレーニング方式で2セット行いました。
はじめは1種目30秒と聞き、軽い気持ちでトレーニングを行っていましたが、種目が進むごとに体の疲労が増し、日頃の運動不足を痛感しました。2セットをやり遂げた後にはトレーニング後のケアストレッチを指導していただきました。普段はなかなか使われない筋肉を刺激したため次の日はやはり筋肉痛…。
普段仕事などで時間が作れない方でも二部体制で行われているため、とても参加しやすくなっています。体験参加や見学からでもよいので、皆さんお気軽に参加してみてくださいいかがでしょうか。

フィットネスプログラム 第二期 体験・見学も可

◆日時

- 9月6日、13日、20日、27日
- 10月4日、11日、18日、25日
- 11月1日、8日

（毎月火曜日）

- 第一部 午後7時5分～7時45分
- 第二部 午後7時50分～8時30分

◆場所

スポーツセンター

◆対象

20～50歳の町民

◆入館料

150円

◆講師

林 真弘氏

◆内容

トレーニング
ストレッチ

◆申込方法

前日までにスポーツセンター備え付けの申込書をスポーツセンターに提出、もしくはNPO法人サンクススポーツクラブまでFAXで申込書を送信

◆申込先・問い合わせ

NPO法人サンクススポーツクラブ
☎/FAX 6655



- ◆期 日 10月22日(土) 午後1時～
- ◆場 所 カルチャープラザ「Eki」
- ◆対 象 町内で活動するグループや個人
- ◆内 容 ピアノ演奏や合唱団など
- ◆申込期限 10月3日(月)
- ◆申込方法 町教育委員会窓口（総合福祉センター「しゃるる」内）で申し込み

出演者募集！ 第24回くりやま音楽祭

- ◆期 間 10月13日(木)～16日(日)
- ◆場 所 カルチャープラザ「Eki」
- ◆展示作品 絵画・書道・写真・木彫など
- ◆出品規定 未発表の自作品
- ◆その他 作品は10月12日(水) 午前10時に各自搬入

第32回くりやま芸術祭

くりやま総合芸術祭

◆申込先・問い合わせ
くりやま総合芸術祭事務局
町教育委員会 ☎72-1117

- ◆期 日 11月2日(水) 午後3時～
- ◆場 所 カルチャープラザ「Eki」
- ◆内 容 カラオケの発表会
- ◆期 日 11月3日(木) 午前10時～
- ◆場 所 カルチャープラザ「Eki」
- ◆内 容 詩吟、日舞などの発表会

第49回栗山町芸術祭 カラオケ・芸能発表会

- ◆期 日 11月1日(火)～3日(木)
- ◆場 所 カルチャープラザ「Eki」
- ◆内 容 菊花の展示および即売

第50回栗山町菊花展



図書館へ行こう!!



●ブックリサイクル市開催

- 日 時 9月10日(土) 10:00～13:00
- 場 所 町図書館
- 内 容 小説（時代小説、ミステリー）
家庭（手芸、料理）
子どもの本（読み物、絵本）、雑誌など
※本を入れる箱や袋をお持ちください

●角田・継立図書館に行こう！

- 農村環境改善センター2階、南部公民館2階にそれぞれ図書室があります。その図書室にしかない本もありますので、お近くの方はぜひお越しください。
- 場 所
(角田地区) 農村環境改善センター2階
(継立地区) 南部公民館2階
- 開館時間 13:00～17:00
- 休館日 毎週日～火曜日、祝日、年末年始

■問い合わせ 町図書館 ☎72-6055

故郷の川 河川美化運動

昨年、栗沢頭首工に魚道（サーモンロード）が完成し、栗山町にサケが遡上しました。しかし、まだまだ、河川にはたくさんのごみがあり、サケが自然産卵する環境が整っていません。皆さんの力でサケが自然産卵できる川を取り戻しましょう。

- 日 時 9月10日(土) 9:00～12:00
(受付8:30～)
- 場 所 下水道管理センター前（錦1丁目）
- 内 容 河川清掃、サケの産卵場所解説
※終了後におにぎりを用意しています。
- 申込期限 9月8日(木)
- 申込先・問い合わせ
夕張川自然再生協議会（ふれあいプラザ内）
☎72-3000

第2期 スポーツセンター教室



- 期 間 9月13日(火)～11月18日(金)
※健康ストレッチヨーガ教室、ピラティス教室は毎月更新します。
- 回 数 各教室全10回
※ソフトエアロビクスは全7回です。
- 場 所 スポーツセンター
- 対 象 20歳以上の町民
- 受講料 各教室1,000円（入館料含む）
- 保険料 1,850円（任意加入）
- 申込方法 スポーツセンター窓口で申込用紙に必要事項を記入し、受講料を添えて提出
- 申込期間 9月1日(木) 9:00より受付開始
※印鑑をお持ちください。
- 問い合わせ スポーツセンター ☎72-6161

健康ストレッチヨーガ教室 ※毎月更新

- 日 時 9月6日(火)、13日(火) 11:00～12:30
※9月以降は受付までご確認ください。
- 内 容
ストレッチに簡単なヨーガを取り入れた教室です。講師は札幌健康ストレッチ・ヨーガ愛好会代表の渋谷和子先生。皆さんもゆったりと体をほぐしてみませんか。
- 難易度レベル ★☆☆☆☆

バランスボールピラティス

- 日 時 毎週火曜日 13:30～14:30
- 内 容
体に負担が少なく、ヨーガと太極拳の要素をミックスした体にやさしいピラティス教室です。バランスボールを使用したメニューが中心です。他にトレーニングルームを利用したりラダーを使ったメニューも予定しています。
- 難易度レベル ★★★★★

いきいき運動

- 日 時 毎週水曜日 10:00～11:00
- 内 容
卓球・ミニテニス・バドミントンなどを中心に取り組む運動教室です。経験のない方や体力に自信のない方でも安心の内容です。
- 難易度レベル ★★★★★

ソフトエアロ

- 日 時 毎週木曜日 13:00～14:00
- 内 容
エアロビクスの基本的なステップからコンビネーションまで、爽快地動くタイプの教室です。前回から全7回に増やしていきます。
- 難易度レベル ★★★★★

健康ストレッチ

- 日 時 毎週金曜日 10:00～11:00
- 内 容
健康増進のためのストレッチ教室です。基本的なストレッチに加え、バランスボールやストレッチポール、椅子など、さまざまな器具を使っていきます。ラジオ体操にも取り組みます。
- 難易度レベル ★☆☆☆☆

ピラティス教室（夜間の部） ※毎月更新

- 日 時 9月8日(木)、29日(木) 19:00～20:30
※毎月第2、4木曜日
- 内 容
年齢や健康状態に関わらず、誰でも安全に行うことができます。肩こりや腰痛症などを根本から改善していきます。
- 難易度レベル ★★★★★