

ニューストピックス NEWS & TOPICS



英語漬けの生活＊イングリッシュキャンプ

英語コミュニケーションスキル研修 in くりやまが、雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウスで開催されました。昨年度、小学校の宿泊学習で交流のある福島県川俣町と本町の中高生 24 人が、2泊3日の泊まり込みで、外国人講師から英会話を学びました。参加者からは、「プログラムの最後にははっきりと大きな声でプレゼンができた」と英語のスキルアップを実感していました。(11月23～25日)



町の活動を共有＊キャリア教育発表会

栗山町小中高ふるさとキャリア教育体験発表会が栗山高校で行われました。児童や生徒、学校関係者など約250人が参加し、職場体験やインターシップなどで学んだことをスライドや動画を使って発表し、その後、町内の8企業・団体が事業内容を紹介しました。閉会式では、各学校の代表が「知らないことを知れてうれしかった」などと感想を述べていました。(12月1日)



地域で交流＊全町ミニバレーボール大会

冬恒例のスポーツイベント「第38回全町ミニバレーボール大会」がスポーツセンターで開かれました。今年は男子9チーム、女子8チームの約170人が参加し、地域や仲間の声援を受けて熱戦を繰り広げました。

〈大会の成績〉

【男子の部】優勝：朝日町内会チーム

【女子の部】優勝：南町内会チーム (12月9日)



笑いの絶えない寄席＊春風亭昇太独演会

笑点の司会者としておなじみの落語家春風亭昇さんによる落語独演会が、カルチャープラザ「Eki」で行われました。当日は、多くの方々が公演を一目見ようと、開場の2時間以上前から長蛇の列ができるほどに。演目「ストレスの海」「二番煎じ」といった話芸を披露した約1時間半の独演会は、観覧した327人の笑いが終始絶えない寄席の時間となりました。(12月12日)



スポーツ推進委員が行く！

スポーツ吹矢

を紹介します！

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



今回、朝日会館（朝日3）でスポーツ吹矢を行っている「スポーツ吹矢協会栗山あじさい支部（稲葉幡男代表）」に町スポーツ推進委員がお邪魔しました。



スポーツ吹矢とは？
グラスファイバー製の筒でプラスチック製の矢を吹き、的に当たった点数を競う競技です。ゲームとして楽しみながら心身を鍛えられ、老若男女誰でも手軽にできます。



真ん中に当たる
ようになりました！

あじさい支部会員の方々からは、デモンストレーション後、「礼をする↓構える↓筒を上げる↓息を吐く↓息を吸う↓吹く↓息を調える↓礼をする」の一連の基本動作も交えながら教えていただきました。腹式呼吸を使って飛ばす矢のスピードはなんと時速100km以上。構え方、筒の向き、角度といったポイントを調整しながら、的に向かって1回5本の矢を吹き、点数を楽しく競い合いました。



栗山あじさい支部
代表 稲葉 幡男 ☎7872

【問い合わせ】
場所 朝日会館

◆練習日 毎週土曜日
午後1時～4時

まずは気軽に体験から！

栗山あじさい支部では、いつでも会員を募集しています。朝日会館にて練習の体験も無料で行っておりますので、是非一緒にスポーツ吹矢をやってみましょう！

矢は、腹式呼吸を使って行うので、運動効果だけではなく、シワ防止や肩こり改善など、健康に良いのが魅力です。



稲葉代表に
インタビュー

活動について

栗山あじさい支部は、昨年3月に発足し、現在6人で活動しています。私も初心者からのスタートでしたが、気軽に楽しくプレーしています。スポーツ吹

第3期 スポーツセンター教室

【期 間】 1月8日(火)～3月26日(火)
 【場 所】 スポーツセンター
 【対 象】 20歳以上の町民
 【定 員】 25人
 【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】 1月7日(月)9:00より窓口受付開始
 ※教室期間中の途中申し込み可
 【問い合わせ】 スポーツセンター ☎ 72-6161



ピラティス教室(夜間の部)の様子

難易度 ★ 健康ストレッチヨガ教室

【日 時】 毎月火曜日 全2回 /1,000円
 11:00～12:30(初回は1月8日(火)から)
 ※毎月受講の場合、日時などを受付でご確認ください。
 【内 容】
 ストレッチに簡単なヨガを取り入れた教室。講師は、札幌健康ストレッチ・ヨガ愛好会代表の渋谷和子さん。

難易度 ★★ ピラティス教室(夜間の部)

【日 時】 毎月第2、4木曜日 全2回 /1,000円
 19:00～20:30
 ※毎月受講の場合、日時などを受付でご確認ください。
 【内 容】
 体に負担が少なく、ヨガと太極拳の要素をあわせた教室です。講師はマットピラティストレーナーの草沢奈美さん。

難易度 ★★★ いきいき運動

【日 時】 毎週水曜日 全10回
 1月16日(水)～3月20日(水) 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いきいき運動教室。初心者や運動に自信のない方でも安心の内容です。

難易度 ★★★★★ バランスボールピラティス

【日 時】 毎週火曜日 全10回
 1月15日(火)～3月26日(火) 13:30～14:30
 【内 容】
 体に負担が少なく、ヨ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。バランスボールを使用したメニューが中心です。

難易度 ★ すこやかストレッチ

【日 時】 毎週金曜日 全10回
 1月18日(金)～3月22日(金) 10:00～11:00
 【内 容】
 健康増進のためのストレッチ教室。体力に自信のない方にオススメ。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なども使います。

難易度 ★★★ ソフトエアロ

【日 時】 毎週木曜日 全7回
 1月17日(木)～2月28日(木) 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、爽やかに動くタイプの教室。今回も全7回で行います。

野鳥観察会のお知らせ

野鳥愛好会おつ鳥クラブによる野鳥観察会を行っています。

◆日時 1月19日(土)～3月23日(土)
 毎週土曜 午前10時～11時半
 ◆参加費 無料
 【場所・問い合わせ】
 オオムラサキ館 ☎ 72-3000



野鳥観察ができるバードテーブル
 冬期間のみ餌やりも行えます。



今シーズンの観察飼育舎の営業は終了しましたが、冬季も営業を行っています。昆虫展示、野鳥観察などが楽しめます。

ふるさと自然教育通信 VOL.21

冬の里山雪遊び スノーシュートレッキング

◆日時 1月27日(月)
 午前10時～午後0時半
 ◆集合場所 ハサンベツ里山センターハウス
 ◆参加費 1,200円
 ◆対象 小学生3年生以上
 ※3年生未満は保護者同伴です。
 ◆服装 防寒着、帽子、手袋
 ◆持ち物 リュック、飲み物、タオル
 ◆申込期限 1月26日(土)
 【問い合わせ】
 雨煙別小学校コカ・コラ環境ハウス ☎ 72-1696



オオムラサキ館のサケの稚魚たちにみんな会いに来てね!

図書館へ行こう!!



くりくり号日程変更のお知らせ

年始休館のため、一部変則運行になっておりますのでご確認ください。

【Aコース】1月9日(水)、18日(金)
 2月1日(金)、15日(金)
 【Bコース】1月11日(金)、25日(金)
 2月8日(金)、22日(金)

【栗小コース】1月10日(木)、2月14日(木)

館内視聴用DVDを購入しました

「舟を編む」、「グレイテスト・ショーマン」など9点を購入しました。どうぞご利用ください。

冬休みブックマラソン 1/27(日)まで開催

期間中、本1冊貸出につきスタンプを1個押印。10個たまるとオリジナルしおり、またはポストカード、20個たまると記念品を贈呈。詳しくは折り込みされているヤム・ニ・ウシをご覧ください。

※スタンプは1日最大3個までです。

【問い合わせ】 図書館 ☎ 72-6055



カルチャープラザ「Eki」2階の町民ギャラリーの出展者を募集します。詳細や条件については、お気軽にお問い合わせください。

【対 象】 町民または町民を含むグループ
 【期 間】 通年(年末年始を除く)
 【展示可能時間】 9:00～22:00
 ※販売を伴う場合は10:00～17:00です。
 【料 金】 無料
 ※販売を伴う場合は1日2,000円です。
 【申込先・問い合わせ】
 カルチャープラザ「Eki」 ☎ 73-3333