

生涯学習情報

社会教育課：TEL2-1295/FAX2-1131
e-mail：samanabi@town.saroma.hokkaido.jp

～佐呂間町芸術文化賞～ 佐呂間高等学校吹奏楽局が受賞

1月22日（火）佐呂間コミュニティセンターで、佐呂間町芸術文化表彰式を開催し、昨年11月に行われた日本管楽合奏コンテスト全国大会で最優秀賞を受賞した北海道佐呂間高等学校吹奏楽局に、佐呂間町芸術文化賞が授与されました。

この表彰は、平成24年に制定された「佐呂間町芸術文化表彰規則」に基づくもので、今回授与された芸術文化賞は、最上位の賞にあたり、規則制定後、初めての受賞となります。

表彰式では、教育長から表彰盾が贈られ、受賞した吹奏楽局の伊奈局長は「佐呂間町のみなさんのご支援や応援のおかげで受賞することができました。演奏したホールが、会場中に音がよく響き楽しく演奏することができました。」とお礼の言葉を述べました。



～サイエンスキャラバン～ 科学の不思議を体験しよう！

たくさんの“何で？”“どうして？”が体験できる「サイエンスキャラバン」を開催します。今年も、誰もが楽しめる科学の実験や工作をたくさん用意して、みなさんのご来場をお待ちしています！

○日 時：2月17日（日）
午前10時～午後1時

○場 所：町民センター

○入場料：無 料

○主 催：佐呂間町子ども会育成会連絡協議会
佐呂間町教育委員会

○問合せ：社会教育課（2-1295）



第5回 佐呂間町寿大学 『学園祭』を開催します

佐呂間町寿大学（高齢者学級）では学生が主体となって企画・運営をし、日頃の学習成果の発表と学生同士の交流を行う「学園祭」を開催します。“一般公開”で行われますので、ぜひ、足をお運びください。

【クラブ発表会・交流会】

○日 時：2月20日（水）
午前10時30分～午後2時30分

○場 所：町民センター集会室

○クラブ発表：カラオケ、いきいき健康、
コーラス、ダンス

○交流会：学生による余興等



【作品展示会】

○期 間：2月7日（木）～20日（水）

○時 間：午前9時～午後7時

※7日は午後から展示

※20日は午後2時30分まで展示

○場 所：町民センターロビー

○展示クラブ：お散歩絵手紙、書道

○併せて高齢者文化展も開催されます。

ー佐呂間町子育て講座ー スノーシューで佐呂間を散策しよう！

今年の冬はスノーシューをはいて佐呂間の自然の中を散策しよう！

冬の佐呂間で、おもしろい発見があるかもしれません！

○日 時：2月23日（土）
午前10時～12時

○場 所：サロマ湖畔遊歩道（予定）

※積雪状況等によりコースを変更する
場合もあります。

○内 容：スノーシューハイキング

○対 象：小・中・高校生とその保護者

（20組40名程度）

（小学4年生以上は子どもだけの参加も可能）

○申込み：2月8日（金）まで

※各学校を通じて配布されたチラシで
お申込みください。

○主 催：家庭教育推進会議・教育委員会

○協 力：スノーシュー同好会、ネイパル北見

○問い合わせ：社会教育課（2-1295）

※主催者では傷害保険に加入しておりませんので
必要な方は各自で加入してください。



サロマで「しゃべろ場」を 開催します！

～あなたの本音を聞かせてください～

今回で23回目となるサロマでしゃべろ場。
“自分のこと・人間関係・性・恋愛・将来のこと”
など、様々なことを高校生と大人が語り合いま
す。

昼食を用意しておりますので、気軽にご参加く
ださい。

○日 時：2月10日（日）
正午～午後4時30分

○場 所：町民センター

○参加費：500円（高校生無料）

○申込締切：2月7日（木）まで

○申込み：2-1295（社会教育課）
090-9513-8180（眞如）

○主 催：サロマでしゃべろ場実行委員会



ー成人式記念行事ー 弾き語りでお祝いしました

1月13日（日）の成人式開催に併せて、大空
町出身のシンガーソングライター「アキオカマ
サコ」さんのコンサートを行いました。
曲と曲の間にトークを交えながら、アキオカマ
サコさんが作曲したオリジナル曲やカバー曲を
含めた全7曲が披露され、優しい音色と歌声で
新成人の新たな門出に花を添える行事となりま
した。



冬の運動不足解消に！

小学生から一般まで参加できる『全町ミニバ
レー大会』が行われます。多くのチームのご参
加をお待ちしています。

○日 時：3月3日（日）午前9時開始

○場 所：佐呂間町体育館

○種 目：小学生の部・一般の部

○参加料：1人500円（保険料含む）

※小学生無料

○申込み：2月22日（金）までに参加申込書
に参加料を添えて協会事務局（名知）
まで提出してください。

○主 催：佐呂間町ミニバレー協会

○問合せ：ミニバレー協会事務局

名知（090-2697-0618）



star情報

武道館・温水プール「STAR」

TEL 2-2261/FAX 2-1461

100歳まで 自分の力で歩き続けよう

成人男性を対象にロコモティブシンドロームを防ぐためのトレーニング教室を初めて開催します。健康で豊かな「セカンドライフ」を手に入れるための運動方法と栄養の摂取方法について、それぞれの専門家が分かりやすく指導します。この機会にぜひご参加ください。

～ロコモ予防トレーニング教室～

○期日・内容

＜第1回＞ 2月19日（火）

「コンディショニングで体を整える」

＜第2回＞ 2月26日（火）

「筋肉を鍛え、100歳まで歩ける体をつくる」

＜第3回＞ 3月5日（火）

「有酸素運動で生活習慣病の予防・改善を図る」

＜第4回＞ 3月12日（火）

「適切な栄養摂取で、運動効果を引き出す」

＜第5回＞ 3月19日（火）

「運動プログラムを組み立て、実践する」

○時間：午後1時30分～3時

（講話45分＋実技45分）

○対象：成人男性

（65歳以上の方におすすめです）

○定員：10名（先着順）

※定員になり次第締切となります。

○申込み：必要（申込受付中）

※ロコモティブシンドロームとは骨、関節、筋肉等の運動器の障害のために、要介護になったり、要介護になる危険の高い状態をいいます。

正しい知識と技術を身に付けて 理想のカラダを手に入れよう

正しい「知識」を身につけることでトレーニング効果は高まります。普段のトレーニングに正しい知識と技術をプラスしませんか。先月号に引き続き2月19日以降のテーマについてご紹介いたします。

～トレーニングミニ講座～

○期日：3月14日までの
毎週火曜日と木曜日（休館日を除く）

○時間：火曜日）午後7時～7時30分
木曜日）午後2時30分～3時

○内容：各種トレーニングの実技指導

＜筋力トレーニング編＞

2月19日（火）26日（火）

・代謝を上げるしっかりトレーニング

2月21日（木）28日（木）

・ロコモ予防のための筋力トレーニング

＜有酸素運動編＞

3月5日（火）12日（火）

・ジョギングとバイクで脂肪を減らそう

3月7日（木）14日（木）

・ウォーキングとバイクで脂肪を減らそう

※2月14日以前の内容は先月号をご覧ください。

○場所：会議室、トレーニングルーム 他

○対象：高校生以上

○定員：各回5名（先着順）

○申込み：必要（空きがある場合当日申込可）

※1日だけの参加でも、継続しての参加でもかまいません。

図書館情報

図書館：TEL 2-2215/FAX 2-2632

WebOPAC（所蔵検索）<https://ilisod001.apsel.jp/saromalib/wopc/pc/pages/TopPage.jsp>

お正月のおもちゃを作りました

学校の冬休み期間中、1月8日～11日の間に、工作教室「平成最後のお正月を楽しもう！」を全4回開催し、延べ101人の子どもたちが参加し、コマやすごろく、おみくじなどお正月にちなんだ工作をみんなで楽しく作りました。



きらきらコマ



わくわくすごろく

新成人に本をプレゼント ～20歳の20冊～

1月13日(日)に開催した成人式において、新成人に本をプレゼントしました。

平成25年1月から実施している「20歳の20冊」は、読書を通じて自立した社会人になってほしいというメッセージを届けることを目的としています。今年は新成人44名に本を渡すことができました。



リクエストを受付してます

図書館に読みたい本がない場合、新刊(おおむね発行後1年以内)は図書館で購入し、古い本は他の図書館から借りて、貸出することができます。所定の用紙でお申し込みください。

＜購入できない本＞

- 専門的で、読む人が限られる本
- 付録つきの本
- 雑誌類(定期刊行されるもの)
- その他、図書館で購入するのに適当でない本

今月の新着本

小説・文芸書

おとぎカンパニー 田丸 雅智/著
キンモクセイ 今野 敏/著
残心 かぶらぎ れん 齋藤 蓮/著

一般書

私が食べた本 村田 さやか 沙耶香/著
20年目の松坂世代 上重 聡/著
大人の語彙カノート 齋藤 孝/著

児童・青少年向け

ぼくらの災害サバイバルBOOK くにざき のぶえ 国崎 信江/監修

シロクマが空からやってきた!

マリア ファラー/作
受取人、不在につき 赤川 次郎/著

えほん

ぬかどこすけ! かとう まふみ/作
わるものパパのだいだいだいファン いたばし まさひろ 板橋 雅弘/作
やまもりラーメン あかがわ あきら 赤川 明/作

あおぞら号巡回日程表

曜日	巡回日	巡回順路	停車時間
火曜日	2月 5日 19日	佐呂間小学校	10:10～10:30
		宮前団地	13:20～13:40
		西中央公民館 仁倉旧農協前	13:50～14:10 14:30～14:50
	2月 26日	佐呂間小学校	10:10～10:30
		若佐消防	13:10～13:30
		若佐コミセン前 若佐保育所	13:35～13:55 14:00～14:15
水曜日	2月 13日 27日	ふれあいインサロマ	10:30～10:50
		浜佐呂間小学校	12:40～13:00
		浜佐呂間活性化センター前	13:05～13:15
		浜佐呂間汐見 類家宅前	13:20～13:35
		浜佐呂間 谷川宅前	13:40～13:55
		知来 伊東宅前	14:15～14:30
		知来 中原宅前	14:35～14:50
	佐呂間高校	15:15～15:30	
	2月 6日 20日	浜佐呂間小学校	12:40～13:00
木曜日	2月 14日 28日	若佐小学校	10:10～10:25
		佐呂間中学校	12:45～13:05
	2月 7日 21日	夢ふうせん 若佐小学校	13:20～13:40 10:10～10:25

※個人や団体で、あおぞら号の巡回を希望される方は図書館までご連絡ください。

2月の休館日のお知らせ

◎町体育館の休館日

2月 2日(土) 9日(土) 12日(火)
16日(土) 23日(土)

※土曜日及び祝日の翌日休館

◎スターの休館日

2月 4日(月) 11日(月) 12日(火)
18日(月) 25日(月)

※月曜日及び祝日の翌日休館

◎図書館の休館日

2月 4日(月) 11日(月) 12日(火)
18日(月) 25日(月) 28日(木)

※月曜日・祝日及び図書整理日休館