

# 夢 2012 12 12

教育委員会だより

発行：佐呂間町教育委員会

No.261

社会教育課:TEL(01587)2-1295/FAX(01587)2-1131

e-mail:samanabi@town.saroma.hokkaido.jp

武道館・温水プール「STAR」:TEL(01587)2-2261/FAX(01587)2-1461

図書館:TEL(01587)2-2215/FAX(01587)2-2632

e-mail:toshoh@town.saroma.hokkaido.jp

編集：佐呂間町教育委員会社会教育課

〒093-0592 北海道常呂郡佐呂間町字永代町3番地の1

## 生涯学習ニュース

### リフレッシュしました！ 佐呂間高校開放講座終了

道立佐呂間高校の先生が学校を開放し、住民を対象に楽しい授業を行う「開放講座」が10月から開かれ、11月13日に全ての講座が終了しました。

今年は、国語（漢詩）・数学（何でも相談）・英語（ゲーム）・体育（ミニバレエ）・パソコン（エクセル）に関する5



国語の講座風景

科目の授業が開かれ、高校生に戻った気分で20代から70代までの45名が受講しました。

「授業」と聞くと身構えがちですが、この開放講座は指されて困ったり、宿題もなく、分からない人でも気軽に参加できるため、そこが人気の一つになっていると思います。各講座の最終日は「もうお仕舞いか、もう少し続けたい」など、名残り惜しそうな声も聞かれました。来年も実施予定ですので、今年参加できなかった方は、ぜひ来年、高校生気分になり参加してみたいかがですか？



パソコンの講座風景

### お手製そばの出来上がり！ 「特上もりもりそば」講座終了

家庭教育推進会議主催の子育て講座「特上もりもりそば」が11月10日に終了しました。

種まきから、草取り、収穫、脱穀、そば打ち・試食までの全5回の講座を実施。町民健康菜園の一部を借り、網走農業改良普及センター、JAサロマ職員の指導のもと、26組75名がそばの成長を見守り、秋には14kgのそばを収穫、10kgのそば粉が出来上がりました。



種から育てて5か月。いよいよそば作りの日を迎え、町内のそば店主、本田さん

に指導いただきながら、粉からそば生地を練り上げ、のし棒を使い薄く広げ、大きな包丁でのそば切りにチャレンジ。そば粉のみでのそば作りに悪戦苦闘しながらも、参加者同士で協力し合いながら作り上げ、自分たちで育てたそばの味を堪能しました。

親子一緒に、佐呂間でとれる農作物（そば）を栽培し、食べるまでの体験をすることで、地域の食、食べ物の大切さ、家族のふれあいなどについて、学ぶ機会になったことと思います。



# star 情報

## 運動効果のでやすい からだをつくる！

### 「ワンポイント指導」のご案内

冬期間は、運動不足になりやすい季節。健康のために運動を始めたいとお考えの方も多いのではないのでしょうか？

しかし、著しく体力が低下していたり、腰や肩に違和感を抱えた状態で急激な運動を行うと、心臓に大きな負担をかけたり関節を痛めたりする恐れがあります。

「ワンポイント指導」では、一人ひとりの目的や体力に合わせて運動指導を受けられることはもちろん、違和感の改善や体幹の活性化等により運動効果の出やすいからだをつくることもできます。ワンポイント指導により、まずは「からだを整える」ことから始めてみませんか？

- 対 象：一般男女  
 時 間：40～60分程度  
 回 数：1回(1人月2回まで予約可)  
 定 員：1～3名  
 場 所：スター会議室他  
 指 導：健康運動指導士  
 内 容：※内容は一例です  
 【肩こり改善の場合の流れ】  
 ①カウンセリング  
 ②姿勢チェック、評価  
 ③ストレッチポールを使用した姿勢改善体操  
 ④胸郭、肩甲骨周りの体操  
 ⑤体幹を活性化する体操



「子供の運動教室」、「高齢者向けの体操教室」などを予定しています。詳しくは、折込チラシをご覧ください。



\*\*\*\*\*  
 \*お申込み・お問合せは、佐呂間町武道館・\*  
 \*温水プール「Star」2-2261まで\*  
 \*\*\*\*\*

## 図書館だより

### 第29回 読書感想文・感想画 コンクール 入賞者決定

今年もたくさんの作品をご応募いただきありがとうございました。感想文212点、感想画213点の作品の中から、審査により入選者を次のとおり決定しました。

- 〈感想文〉  
 小1 最優秀 夏川 宙夢(浜小) 「コナン」  
 小2 最優秀 加藤 光希(浜小) 「あらしのよるに」  
 優 秀 夏川 凧(浜小)  
 小3 最優秀 平戸 天(佐小) 「レンタルロボット」  
 優 秀 平戸 理久(若小)・小林 心愛(佐小)  
 鈴木 里歩(佐小)  
 小4 最優秀 洞口 竜輝(若小) 「ココロ屋」  
 優 秀 山澤 瑠盛(佐小)・横山 拓海(佐小)  
 小5 最優秀 柏尾 奎汰(若小)  
 「イルカのジャンプに夢をのせて」  
 優 秀 住吉 美波(浜小)・太田 紫苑(若小)  
 小6 最優秀 福井 理希(佐小) 「遠くへいく川」  
 優 秀 平川 恵理(佐小)・岡本 啓(佐小)  
 中1 最優秀 佐野 円香 「サリーの帰る家」  
 優 秀 中嶋 雄樹・山前 翔  
 中2 最優秀 佐伯 李花 「ナイチンゲール」  
 優 秀 土本 紗雪・海辺 菜々美  
 中3 最優秀 小泉 壮 「くちびるに歌を」  
 優 秀 佐々木 惟邪・齊藤 みほ

- 〈感想画〉  
 小1 最優秀 豊明 日晴(若小)  
 「ぐるんぱのようちえん」  
 優 秀 野村 治暉(佐小)・早坂 花凜



## 冬期健康プログラムが はじまります！

1月8日(火) スタート！

今年も冬期間の運動不足予防に最適な「冬期健康プログラム」を開催します。今年度は、「女性向け骨盤体操教室」や

- 小2 最優秀 横山 采奈(佐小)  
「うさぎちゃんのゆきだるま」  
優 秀 関東 奈緒子(佐小)・宮下 唯(佐小)
- 小3 最優秀 山口 杜基(佐小)「タロとジロ」  
優 秀 沖崎 力哉(佐小)・平川 由奈(佐小)
- 小4 最優秀 関東 真依子(佐小)「家なき子」  
優 秀 松永 佳奈(佐小)・鎌田 彩来(佐小)
- 小5 最優秀 石川 陽捺(佐小)  
「10分で読めるお話五年生 飛ぶゆめ」  
優 秀 青木 海都(佐小)・大越 隆永(佐小)  
安田 りおな(佐小)
- 小6 最優秀 岡本 啓(佐小)「UFOはまだこない」  
優 秀 宗村 和樹(佐小)・安藤 智隆(佐小)  
海老名 佑香(佐小)

## 冬休み実践教室のお知らせ!

冬休み中に実践教室を開催します。  
ぜひご参加ください。

日 程：1月8日(火)～11日(金)  
計4回

時 間：午後1時～3時

内 容：冬にちなんだ実験を行います。

その他：参加無料



## 今月の新着本

### ◆◆◆◆◆小説・文芸◆◆◆◆◆

- ・その場小説 いしい しんじ／著
- ・ことり おがわ ようこ 小川 洋子／著
- ・剣と虹 たかどの まどか 高殿 円／著

### ◆◆◆◆◆一 般 書◆◆◆◆◆

- ・夫の終い方、妻の終い方 なかむら 中村 メイ子／著
- ・悪態採録控 かわさき ひろし 川崎 洋／著
- ・東電OL事件 よみうりしんぶんしゃかい部 読売新聞社会部／著

### ◆◆◆◆◆児童・青少年向け◆◆◆◆◆

- ・不思議!!都市伝説4 ひらかわ よういち 平川 陽一／編
- ・ぼくの嘘 ふじの めぐみ 藤野 恵美／著
- ・お願い!フェアリー9 みずの まい／作

### ◆◆◆◆◆え ほん◆◆◆◆◆

- ・おかあさんだもの さトシン／作
- ・ヤンカのにんぎょうげき どい かや／作絵
- ・アンパンマンとザジズゼソウ やなせ たかし／作絵

## 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	12月4日 18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	13:50~14:10
水曜日	12月11日 25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	13:35~13:55
		若佐保育所	14:00~14:15
木曜日	12月5日 19日	浜佐呂間小学校	12:40~13:00
		12月12日 26日	ふれあいインサロマ
	12月13日 27日	※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
		(※12日のみ運行)	
12月6日 20日	※若佐小学校	10:10~10:25	
	※佐呂間中学校	12:45~13:05	
12月13日 27日	夢ふうせん	13:20~13:40	
	浪速 上伊沢宅前	14:00~14:15	
	浪速 阿部宅前	14:20~14:35	
	(※13日のみ運行)		
12月6日 20日	若佐小学校	10:10~10:25	

団体・個人などで、あおぞら号の停車を希望される方は図書館(2-2215)までご連絡ください。

## 12月、年末年始の休館日

### ◎スターの休館日

3日(月) 10日(月) 17日(月)  
24日(月) 25日(火)

### 年末年始の休館日

12月30日(日)～1月7日(月)

### ◎図書館の休館日

3日(月) 10日(月) 17日(月)  
23日(日) 24日(月)

### 年末年始の休館日

12月29日(土)～1月5日(土)

### ◎町体育館の休館日

1日(土) 8日(土) 15日(土)  
22日(土) 25日(火)

### 年末年始の休館日

12月29日(土)～1月5日(土)

### ◎町民センター年末年始の休館日

12月29日(土)～1月5日(土)

## 初めてのスポーツ！ わんぱく広場 テニス体験終了

小学4年生から6年生対象の「わんぱく広場」を11月17日に開催し、15名の参加者がテニスを体験しました。当日は、ジュニア用のラケットとボールを使用し、北見市の日本体育協会公認コーチの長谷川さんに指導を受けました。ボールをラケットの上で弾ませる練習から始まり、感覚をつかんできたところでサーブ練習やラリーに挑戦。最後には、コーチとのゲームで好プレーも飛び出すなど、楽しみながら汗を流しました。



## スキーにチャレンジ！ ちびっこスキー教室を開催します

来年度の就学児を対象とした「スキー教室」を開催します。初歩のスキー学習を通して、スポーツに親しんでもらうことを目標としています。この機会にぜひご参加ください。

日 時：平成25年1月12日～26日の  
毎週土曜日（全3回）

場 所：町営スキー場

対 象：平成18年4月2日～平成19年  
4月1日の間に生まれた佐呂間町  
在住の未就学児（平成25年度就  
学児）※保護者同伴が条件

申込み：12月10日（月）～14日（金）の  
各日午前8時30分～午後5時ま  
でに、社会教育課（2-1295）へ  
お申込みください。

主 催：佐呂間町教育委員会  
協 力：佐呂間町スキー協会



## ミュージックフェスティバル終了 様々な音楽を楽しみました！

今年で23回目となるミュージックフェスティバルを11月18日に町民センターで開催しました。小学生から大人まで9団体180名が出演し、器楽、合唱、ゴスペル、吹奏楽など日頃の練習成果を披露しました。

今年も、佐呂間高等学校吹奏楽局が東日本大会で演奏した曲を披露し、アニメソングや民謡など各団体が幅広いジャンルの音楽を奏で、観客を楽しませました。フェスティバルの最後には、合同演奏による「ビリーブ」を出演者と観客のみなさんで合唱しました。



### 【出演団体】

浜佐呂間小学校、若佐小学校、  
佐呂間小学校4年生、P.P.Sparrows、  
Happy☆Swallows、佐呂間ジュニアプラス、  
佐呂間中学校吹奏楽部、佐呂間高等学校吹  
奏楽局、サロマ吹奏楽倶楽部

## 町体育館が 12月2日から使用できます！

町体育館については、6月から改修工事のため全館閉館とし、利用者の皆さまにはご迷惑をお掛けしていましたが、12月2日（日）から使用できるようになります。使用の際には、団体は、社会教育課に申請し、個人については、体育館で使用料（高校生以下無料）をお支払いください。

※体育館内から、ガラス越しに見える  
“キッズルーム”  
を新設しました。

