まちの日記帳

転倒しない体づくりを
てんとうむし教室が開催

2/12 2/14 2/18 2/21 2/25 2/28

健康運動指導士の大菅貴広氏を講師に迎え、55歳以上の方を対象とした転倒・寝たきり予防のための運動教室「てんとうむし教室」がＢ＆Ｇ海洋センターで計６回開催され、27名（延べ117名）が参加しました。

教室は転倒予防の必要性に関する講座や、初回と最終回で健脚度を測定し、数回の運動指導を通しての健脚度の上昇を図る取り組みが行われました。

参加者はそれぞれの健脚度の点数に合わせたストレッチや運動で、楽しみながら「転倒しない体づくり」を行いました。

三世代にわたって交流を楽しむ
野塚地区成人学級「三世代交流会」

3/1

野塚ふれあい交流館で野塚町内会（海田一時会長）・野塚悠々会（荻野正会長）主催の野塚地区成人学級「三世代交流会」が開催され、野塚地区の町民 36 名が参加しました。

土井清輝野塚町内会副会長と瀧澤野塚小学校校長の挨拶から始まった学級では、お手玉を使った運動や魚釣りゲーム、宝引きなどが行われ、参加者は歓声を上げながらそれぞれのゲームを楽しんでいました。

また、ゲームの後には、野塚小学校の児童からプレゼントが贈られ、参加者は笑顔で受け取っていました。

白熱のラリーが展開
第２３回町内卓球大会

3/2

町教育委員会が主催する第 23 回町内卓球大会がＢ＆Ｇ海洋センターで開催され、42 名の参加者による熱戦が繰り広げられました。結果は次のとおりです。（各種目優勝者のみ）

◆小学生３～４年生の部　男子 **杉野真幸**君
◆小学生５～６年生の部　男子 **斉藤丈瑠**君
◆中学生の部　男子 **杉野弘幸**君
　女子 **佐々木仁美**さん
◆一般ピンポンの部　男子 **長島敏文**さん
　女子 **石川仁子**さん
◆スリッパ卓球　**土橋・成田**ペア

Diary of shakotan

本格的な発声法指導を受講
第６回リフレッシュ学級・閉級式

3/7

総合文化センターで、声楽家の葛西恵美子氏を講師に迎えた第６回リフレッシュ学級「閉級式・ソプラノ音楽会」が開催され、39名が参加しました。

教室では、葛西氏によるイタリア歌曲を鑑賞した後に、童謡「春の小川」を題材にした発声法指導が行われ、歌う際の姿勢や、口の形のアドバイスを受けながら全員で合唱を行いました。

葛西氏からは「みなさんは自然に大きな声を出していて素晴らしい、特に男性の参加者が少ないにも関わらず、声が非常に響いている」との感想をいただき、参加者の皆さんは来年度のリフレッシュ学級への参加に意欲を高めていたようでした。

“温かい食事”は災害時の生命線
積丹婦人防火クラブ連合会が炊き出し訓練

3/12

北後志消防組合積丹支署で積丹婦人防火クラブ連合会（山崎美枝子会長）が災害時に備えた炊き出し訓練を行い、町内７地区の会員27名が参加しました。

今回５回目となる同訓練では、大型のガス釜を用いて炊き上げたご飯と肉汁、サラダの３種類、36食分の調理を行いました。

参加者は、普段とは勝手の違う大型の調理器具の使用方法などを確認しながら、災害時に振る舞われる温かい食事の重要性を再認識し、予期せぬ災害に備えて気持ちを新たにしていました。

美小児童の“見守り”に感謝
佐々木美国駐在所長へ児童から感謝状が贈呈

3/17

雨の日も雪の日も毎朝欠かさずに交差点に立ち、児童への登校指導を行っていた佐々木敬史（ささきたかし）美国駐在所長（60）へ美国小児童から感謝状と花束が贈呈されました。

美国駐在所での２年間の勤務を終え、今年度をもって退職される佐々木所長は「児童からこのようなものを頂けるとは思ってなかった、感激しています。」と語り、児童は「毎朝挨拶をしてくれたり、頑張っておいでと声をかけてくれて嬉しかった」と佐々木所長への感謝の言葉を述べていました。

児童のため、欠かさず続けてくださった活動に感謝申し上げます。

まちの日記帳