

**てしかが町女性のつどい
生涯学習講演会**

てしかが町女性のつどい・生涯学習講演会を開催します。お誘い合わせの上、ご来場ください。

▼日時/3月8日(日) 10時~15時
▼場所/社会老人福祉センター
▼参加料/700円(昼食代ほか)
※生涯学習講演会のみ参加の場合は無料。

▼内容

- ▽講話
●「弟子屈小学校の取り組み」弟子屈小学校 校長 阿部典子氏
- 「健康診断について」役場健康推進課 保健師 丹羽真弓氏
- 「女性消防団員の活動について」弟子屈消防団女性消防部 班長 嶋崎静江氏
- ▽昼食(アトラクション)弟子屈中学校吹奏楽部
- ▽生涯学習講演会「認知症の基礎知識」認知症介護は地域の心をひとつに寄せ合って」北海道認知症介護指導者キャラバンメイト 大庭翠氏
- 問い合わせ先/弟子屈町女性団体協議会 館昭子 ☎482-3164・町教育委員会社会教育課 社会教育係 ☎482-2948(課直通)まで。

**ストレッチング
教室を開催**



正しいストレッチを学ぶ

釧路労災病院の田口暢秀理学療法士によるストレッチング教室(摩周ふれあいスポーツクラブ主催)が2月11日、摩周観光文化センターで開催されました。

ストレッチング教室は、午前中に一般向けの肩こり・腰痛予防・対処法教室、午後からは少年団や部活動、指導者などに向けたジュニアアスリートコンディショニング教室が行われ、148人の参加がありました。田口氏の教室は、本町では2回目。前回の内容と異なり、それぞれの年代に合わせたストレッチングや体幹トレーニングを学びました。

熱心実践する参加者

**楽しく学習しませんか?
生きがい講座**



今年度の生きがい講座の様子

町公民館では、町内にお住まいの60歳以上の方を対象に「生きがい講座」を開講しています。心身の健康と生きがいを求め、明るい家庭づくりと社会参加、豊かな地域づくり役に役立つことを目的としています。

学習内容は、野外活動・体力づくり・体験学習などを取り入れ、毎月1回、弟子屈学級・川湯学級でそれぞれ実施します。

平成27年度の月別学習内容は、下の表のとおり計画しています。受講を希望される方は申し込みください。

※日程は変更になることもあります。

- ▼3月の生きがい講座/「明日への生きがいを持つ」と「閉講式(弟子屈学級・川湯学級とも)」弟子屈学級/3月17日(火) 公民館講堂
- 川湯学級/3月20日(金) 川湯ふるさと館

みんなの活躍を紹介

- 全道大会出場(敬称略)
- ▼第37回全国JOCジュニアオリンピック春季水泳競技大会北海道予選会(2月21日から千歳市)▽濱岡日菜(弟子屈高校1年)、芝田遥夏(弟子屈中学校2年)、戸田勇大(川湯中学校2年)、芝田洸太郎、菅野佑、筒渕菜(以上弟子屈小学校6年)、濱岡菜月(川湯小学校6年)



**町立小・中学校体育館
利用者を募集します**

- 町教育委員会では、学校教育活動に支障のない場合、町内の小・中学校の体育館を、一般のスポーツ団体に開放しています。
- 平成27年度に体育館の利用を希望される団体の登録受け付けを開始します。
- ▼事業名/学校施設開放事業
 - ▼開放日/平日
 - ▼協力金/1人1回160円
 - ▼登録可能な団体/10人以上で構成された団体
 - ▼登録締め切り日/3月20日(金)
 - 申し込み・問い合わせ先/町教育委員会社会教育課体育振興係 ☎482-2948(課直通)まで。

3	2	1	12	11	10	9	8	7	6	5	4	月												
18	15	23	19	22	14	11	10	25	20	16	9	18	6	31	24	24	26	18	22	8	17	14	日	
川湯	弟子屈	弟子屈	川湯	川湯	川湯	川湯	弟子屈	弟子屈	川湯	川湯	弟子屈	川湯	弟子屈	川湯	弟子屈	川湯	川湯	川湯	弟子屈	弟子屈	川湯	川湯	弟子屈	学級
	閉講式	文化活動(手芸)	健康体操(ファンバルーン:ふまねっと)	新年交流会(ゲーム・出し物など)	料理教室(川湯ふるさと館)	議会傍聴(役場講堂)	健康についての講演会(エコハット手芸)	健康測定	健康な身体をつくるための栄養指導	宿泊研修1泊2日(遠軽方面)	施設見学(霧多布方面)	鶴居村高齢者との交流会(川湯)	室内運動(ゲームなど)	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	文化活動	学習内容

□申込期日/3月27日(金) □申し込み・問い合わせ先/弟子屈町公民館 ☎482-2340

**小さな掛け金・大きな保障
スポーツ保険に
加入しませんか**

スポーツには、けがや事故は付き物といっても過言ではありません。万が一に備え「スポーツ安全保険」に加入することを勧めます。

▼加入方法/5人以上の団体加入となります。公民館内にある所定の加入申込書に記入し、申し込みます。

▼保険対象期間/平成27年4月1日~平成28年3月31日

●保険料(一般的な額)

- 高校生以上/1千850円
- 中学生以下/800円

※種目や活動内容などにより、異なる場合があります。

□申し込み・問い合わせ先/町教育委員会社会教育課体育振興係 ☎482-2948(課直通)まで。



児童生徒作品展覧会を開催



作品を見学する子どもたち

弟子屈町児童生徒作品展覧会が、1月30日から2月10日まで町公民館で行われました。

展覧会では、町内小・中学校の児童・生徒が授業で作成した作品423点を展示。期間中には授業の一環として、自分たちや他の学校の児童・生徒が作った作品を見学に来る子どもたちの姿も見られました。

おいしいパン作り講座

公民館「パン作り講座」が2月13日、川湯ふるさと館で開催されました。講座には16人が参加。役場の栄養士・正代章子さんの指導のもと、焼く、揚げる、蒸すの3種類の調理法で、ロールパン、カレーパン、あんまんを作りました。



和気あいあいとパン作りに挑戦

第52回摩周樹氷探勝スキーツアー参加者募集

- ▼期日/3月15日(日)
 - ▼コース/摩周湖第1展望台
 - ▼集合/公民館前8時20分
 - ▼受け付け/8時20分~8時30分
 - ▼行きのバス出発/8時30分
 - ▼開会式/9時15分(摩周第1展望台)
 - ▼スタート/9時30分
 - ▼帰りのバス出発/11時30分
 - ▼終了/正午(休憩・入浴)
 - ▼参加料/大人1千500円 中学生以下1千円
 - ▼募集人員/先着80人
 - ▼申込期限/3月10日(火)
 - ▼その他
- ①小学生以下の方は、保護者同伴でお願いします。
- ②当日の事故については、傷害保険以外の補償は行いません。
- ③天候・積雪の状態などにより、主催者の判断で日程やコースなどを変更することがあります。
- ④悪天候の場合は3月22日(日)に延期します。
- ⑤昼食は各自で用意ください。
- 申し込み・問い合わせ先/ウエダスポーツ ☎482-2285 ☎482-1673まで。
- ※歩くスキーがない方には、町教育委員会体育振興係で貸し出しています。☎482-2948(課直通)までお問い合わせください。