

公民館講座の参加者募集

①ペン字講座
ペン字の基本
を楽しく学びま
せんか。



- ▼日時 / 7月14日(木) 13時～15時
- ▼場所 / 町公民館 会議室
- ▼講師 / 菅野芳恵氏(釧路市在住)
- ▼対象・定員 / 町民の方・10人
- ▼参加料 / 無料
- ▼持ち物 / 鉛筆、消しゴム、ボールペン
- ▼申込締切日 / 7月11日(月)

②近隣のまちを訪ねて

- ▼美幌・網走方面の自然や施設を見学しませんか。
- ▼日時 / 7月22日(金) 8時30分～10時
- ▼民館前出発(17時30分到着予定)
- ▼行程 / 美幌博物館・フラワーガーデンはなてんと・北海道立北方民族博物館・道の駅流氷街道網走・網走市モヨロ貝塚・道の駅はなやか小清水
- ▼対象・定員 / 町民の方・30人
- ▼参加料 / 980円(施設入館料)
- ▼申込締切日 / 7月15日(金)
- ▼申し込み・問い合わせ先 / 町公民館 ☎482-2340まで。

弟高生が各種目で全道大会に出場!



全道大会に出場する弟子屈高校の選手たち

弟子屈高校テニス部、陸上部、水泳の総勢12人が、北海道高等学校選手権大会への出場を決め、6月10日に役場を表敬訪問しました。

女子テニス部の上野絵里奈さんは「後悔をしないよう全力でプレーしていきます」、陸上部の野下ちはるさんは「3年間の練習の成果をぶつけてきます」、水泳の濱岡日菜さんは「日頃からお世話になってる指導者や地域の皆さんに感謝の気持ちをお忘れず頑張ります」と抱負を語りました。

小・中学生が陸上で全道大会に出場!

6月11日に釧路市民陸上競技場で行われた第34回北海道小学生陸上競技大会釧路地方予選会で、弟子屈RC少年団所属の5人が好記録を収め、7月17日から旭川市で行われる全道大会への出場を決めました。出場者は次のとおりです。(敬称略)

- ▼5年男子 / 入仲健誠、中原岬
- ▼5年女子 / 下谷妃乃
- ▼4年女子 / 野表朝姫、中島夏輝
- ▼弟子屈陸上少年団
- ▼古館桃奈(弟子屈中学校2年)
- ▼第29回南部忠平記念陸上競技大会(7月10日から札幌市)
- ▼第89回北海道陸上競技選手権大会(7月16日から釧路市)



弟子屈RC少年団の皆さん

「生きがい講座」で学んでいます

川湯学級では6月9日、「あの町この町を訪ねて」をテーマに施設見学を実施。学級生17人が参加しました。ひがしもこと乳酪館、網走市天都山オホーツク流水館、北海道立北方民族博物館などを見学しながら、学級生同士の親睦を深めました。

弟子屈学級では6月21日「健康な生活を送ろう」をテーマに、健康体操ガンバルーンに挑戦。学級生50人がストレッッチとゲームで体を動かし、楽しみました。



(上) 旅先での記念撮影(川湯学級)
(下) ガンバルーンを楽しむ(弟子屈学級)

7月の生きがい講座
弟子屈・川湯学級「軽スポーツを通じて親睦を図ろう」合同室内運動会(川湯青少年会館) 7月29日(金)

クラフトバンドに挑戦



紙のバンドを使ったかご作りに熱中

認定講師の飯島満理子さん(中標津町在住)の指導の下、紙のバンドを使った、手付きのかご作りに挑戦。すてきな作品ができました。

公民館講座「クラフトバンド体験」が5月31日、町公民館研修室で開催され、14人が参加しました。

公民館ロビー展

6月2日から20日まで、公民館ロビーで、生きがい講座の弟子屈学級の学習の中で学んだ手芸作品「うさぎのマスコット」20点の展示が行われました。来館者の皆さんは、一つ一つ違った表情のマスコットを見て、楽しんでいました。



かわいらしいうさぎのマスコットたち

弟子屈町総合文化祭の日程

- 平成28年度第67回弟子屈町総合文化祭が次のとおり開催されます。
- ▼展示部門
期日 / 9月30日(金)・10月1日(土)・10月2日(日)の3日間
- ▼場所 / 町公民館
- ▼茶道部門
期日 / 10月2日(日)
- ▼場所 / 町公民館
- ▼芸能部門
期日 / 10月30日(日)
- ▼場所 / 摩周観光文化センター

てしかがの蔵を開放

てしかが郷土研究会では「郷土資料収蔵庫でてしかがの蔵事務所」を開放します。懐かしい写真や昔使われていた道具などを見てみませんか。

▼開放期間 / 9月25日までの毎週日曜日 10時～15時

ジュニアアスリートコンディショニング教室



講師の指導でストレッチに挑戦

釧路労災病院の田口暢秀理学療法士、推井基陽理学療法士、齊藤輝未理学療法士によるジュニアアスリートコンディショニング教室(町教育委員会主催)が6月5日、摩周観光文化センターで開催されました。

今回の教室では、総勢73人の一人一人に柔軟性や筋力テストを実施。結果に基づき、自分自身の弱点を改善するメニューを学びました。

そのほか、小学生は今やるべき体幹トレーニングやストレッチを、中学生・高校生は各トレーニングを行ったほか、もしものときのためにRICE処置(スポーツ外傷の応急処置)も学びました。

教室は、自分自身の身体の状態を知り、けがの予防や持病改善を図ることを目的に開催されています。

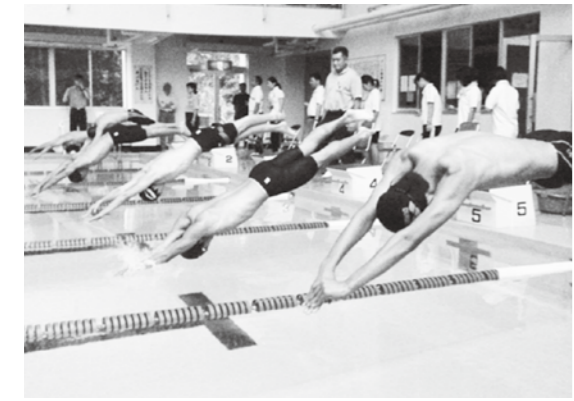
教室は年間3回開催。2回目は9月22日に開催される予定です。

第27回 弟子屈町民水泳競技大会 謙記録会 参加者を募集

- ▼日時 / 8月7日(日) 9時
- ▼場所 / 川湯屋内温水プール
- ▼対象 / どなたでも参加できます。
- ▼種目
● 幼児25歳自由形板キック
● 4泳法(自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)25歳以上
- 1000個人リレー
- ▼参加費 / 2千円
- ※プログラム、昼食代を含む。
- ▼申込締切日 / 7月10日(日)
- ▼申し込み・問い合わせ先 / 川湯屋内温水プール ☎483-2072まで。



弱点の改善を目指して



記録に挑戦してみませんか