

教育情報

くべっ川



2011(平成23)年8月1日

第205号

標津町教育委員会

☎0153-82-3110

< 標津きらり大学主催事業 > 標津町の資源を再認識！ 温泉を深く知ろう ～道民カレッジ「ほっかいどう学」出前講座が行われました～



教育委員
QR コード

7月4日(月)、「標津町の資源を再認識！温泉を深く知ろう」というテーマで、昨年度に引き続き、道民カレッジ「ほっかいどう学」出前講座が開催されました。この事業は、標津きらり大学の主催事業で、今年が目玉事業の一つと位置づけられています。内容は、講演と現地学習の2部構成で設定され、講演は、ポー川史跡自然公園の開拓の村番屋を会場として行い、昼食をはさんで現地学習は、川北温泉で学習を行いました。

開会式では、生涯学習協会の大水課長よりあいさつがあり、第1部の講演は、札幌国際大学・モンゴル国立医科大学の松田忠徳教授より「温泉を楽しみながら、健康になる」という演題で、行われました。



開拓の村番屋で
熱く語る松田教授



興味深く聞いている
参加者の皆さん



秘湯川北温泉

講演で、松田教授は、

- ・源泉かけ流しの湯に入ることは、下手な薬よりずっといい。
- ・温泉で体が暖まっているのに、上がってすぐビール飲んだり、冷たいもの飲んだりするのは良くない。
- ・温泉に入って癒されるというのは精神的な部分だけで、まだまだ、肉体的には癒される状態にしていない。
- ・日本人は、年間34万4千人がんで死んでいる。がんは治せないのだったら、ならないようにしないといけないというのが私の考えです。国民病であるがんをわれわれは意識しないといけない。
- ・日本人の男の平均寿命79歳、女が86歳。だけど、1人当たり平均したら6年から7年寝たきりでいる。我々は健康長寿を目指すなければいけない。
- ・毎日の生活で変えられるものは、まず食生活である。次は生き方。笑うと免疫力が上がる。うそ笑いしても効果があります。怒ったら寿命は縮まります。
- ・我々の健康に大事なことは、①入浴すること(シャワーだけではなく)②運動する(歩く)こと③和食を中心とした食事をする ④笑うこと。など、長時間にわたり興味深いお話をいただきました。

参加者はうなずいたり、笑顔にもなったり、「とても楽しい話でしたよ。健康について考えるきっかけになって、参考になったよ」と感想を述べてくれました。

第2部の現地学習では、全員で秘湯川北温泉に移動し、温泉を前にして、松田先生より説明をもらい、希望者が温泉に入り、温泉の魅力を理解していました。

とても内容が濃く、参加した皆さんは、有意義な時間を過ごすことができました。

◆図書館オリエンテーションが実施されました◆

図書館の仕事の内容や利用の方法を学ぶため、**小学1年生が図書館を訪れました。**

5月12日には、**川北小学校**。5月18日と19日は、**標津小学校**。
6月16日には、**古多糠小学校**が訪れました。右の写真は、古多糠小学校1年生の皆さんです。



◆4月から6月までの図書館利用者数をお知らせします◆

ご利用ありがとうございます。

月別	開館日数（日）	延べ利用者数（人）	1日当たり利用者数（人）
4月	25	4,298	171
5月	23	4,219	183
6月	26	4,656	179
計	74	13,173	178

◆可愛い「おはなし会の小学生ボランティア」が誕生しました◆



左の写真は、可愛いボランティアが読み聞かせを行っています。

可愛い、
おはなし会
ボランティアを
紹介します

皆さん、宜しく
お願いします!!



※河本 菜津さん
標津小学校2年生
登録日 6月6日



※佐賀かえでさん
標津小学校2年生
登録日 6月6日



※金田 彩希さん
標津小学校6年生
登録日 6月6日

◆8月のおすすめ本◆

エコイック・メモリ：結城充孝著／逸脱：堂場瞬一著／熱愛：香納諒一著

白と黒が出会うとき：新堂冬樹著／悪と仮面のルール：中村文則著

明日の雨は：伊岡瞬著／魔院のミカエル：篠田節子著／メロディフェア：宮下奈都著

皆さん、是非読んでみてください。

◆平成22年度ベストリーディング(図書館で読まれた一般書)上位3位を紹介します◆

第1位 19人が読みました。「告白：湊かなえ著」

第2位 16人が読みました。「もし高校野球の女子マネージャーがドラッカーの『マネジメント』を読んだら：岩崎夏海著」

第3位 14人が読みました。「アバダー：山田悠介著」「Nのために：湊かなえ著」
「夜行観覧車：湊かなえ著」「死ねばいいのに：京極夏彦著」
「プラチナデータ：東野圭吾」

◆8月の一日司書体験児童◆

13日(土) 1時30分～ 川手 優奈さんと 金田 彩希さん の2名

27日(土) 1時30分～ 今野 涼さんと 安原 麻衣さん の2名

皆さんも、一日司書を体験しては。小学5年生以上であれば体験できます。

◆「第1回夏休みブックマラソン」開催中!!◆

児童生徒の皆さんは、図書館に行こう。皆さんが通っている学校の夏休み期間中に開催しています。

???ブックマラソンって何???

- ・図書館から本(マンガは駄目です。)を1冊借りると、1個のスタンプがもらえます。
- ・1日に借りることができる本は、5冊(スタンプ5個)までです。
- ・スタンプが20個たまったら、「ブックマラソン完全走破賞」を授与します。
- ・ブックマラソンカードは、図書館に置いてあります。
- ・本は、本人しか借りることができません。

図書館の風鈴が涼しい音色で、皆さんを待ってるよ!!

●8月の「絵本行進曲」ブックスタート●

期 日：8月30日(火) 午後1時30分～

場 所：保健福祉センター

対象者：生後4～5カ月児とその保護者

●8月・9月の特集●

8月「短編小説」

忙しいけど本が読みたい…そんな時におすすめです。

9月「推理小説」

秋の夜長に、事件を推理してみませんか？

●ひよこおはなし会●

期 日：8月4日(木)・9月7日(木)

午後2時00分～

場 所：図書館おはなしコーナー

対象者：入園まえの幼児とその保護者

●8月・9月の休館日●

※毎週、月曜日が休館日です※

8月 (月曜日のみ)

9月 20日(火) 敬老の日の振り替え休日

23日(金) 秋分の日

●おはなし会●

・火曜おはなし会：毎週火曜日 午後3時00分～

対象者 小学1・2年生

・金曜おはなし会：毎週金曜日 午後3時00分～

対象者 小学1・2年生

たくさん参加すると文房具がもらえるよ！



第2回（2010年度）読書感想文最優秀賞受賞作品の紹介コーナーその②
このコーナーは、小学五年生から中学生・高校生・一般の方までの最優秀賞
作品を4回にわたり紹介します。

◆中学一年生の部◆

本の題名 アンネの日記

本の作者 アンネ・フランク

川北中学校 一年一組 外館 あかり

わたしは、『アンネの日記』を読みました。読んで私が感じたことを書きます。
『アンネの日記』は、ナチスドイツ占領下のオランダで暮らすユダヤ人の少女、
アンネ・フランクの書いた日記です。ナチスの迫害を恐れ、隠れ家に住んだ二年
間がつづられています。

読書があまり好きでないわたしも、『アンネの日記』の題名は知っていました。
「わたしでも知ってるくらい有名なから、きっと感動的な本なのだろう」、そう思
いました。

ところが、読み始めたものの、全然おもしろくありませんでした。ただ、感受
性の高い女の子が書いた日記、それ以上の何かを記取することはできませんでした。
「先の方には感動的なことが書いてあるはずだ」と、ページを飛ばして読ん
でみました。「ラストは感動のシーンが書いてあるかもしれない」と、最後の方
も読んでみました。しかし、どこを読んでも普通の日記でした。「何でこんな日
記に多くの人が感動するのだろうか?」、それが正直な思いでした。

夕食のとき、母にその話をしました。

「最後のページのあとに、何が起こったのか考えてみるといいよ」と、言われ
ました。

「どうしていいの?」私は聞き返しました。

すると、母は

「なんで日記が終わったと思う?」と言いました。私は、

「アンネの一家が、ゲシュタポに捕まって強制収容所に送られたから…」

そう口にしたとたん、この日記に込められた一文字一文字の重さが、私の心に
強くのしかかってきました。

そうです。アンネ・フランクにとって日記がとぎれることは、強制収容所送り
を意味していたのです。ゲシュタポに逮捕されてしまったら最後、一切の自由を
奪われ、死と直面する収容所暮らしが待ち受けています。

それがどれほどの恐怖なのか、わたしには理解できません。

恐怖と絶望の日々、アンネ・フランクはどんな気持ちで日記を書いていたので
しょうか。自分が生きた証しを残しておきたいという気持ちに支えられたのかも
しれません。恐怖に押しつぶされそうになったときに、それから逃げる手段が日
記を書く、という行為だったのかもしれない。

『アンネの日記』を何度繰り返し読んでも推測しかできません。その推測も、
アンネ・フランクが感じたその数十分の一でも理解できれば、そう考えるのが
精いっぱいです。

言えるのは、死の恐怖と向き合う必要の無い時代に生まれて良かった、それだ
けです。

『アンネの日記』は、「この世に生きているのがわたしひとりであつたならば」
という一文で終わっています。その後、彼女と家族がどうなったか、いつ死んだ
のか正確な時間さえわかっていません。ただアンネ・フランクは、病気で死んだ
といわれています。

私は、この平和な時代に生きていることに感謝したいです。

これが、私が『アンネの日記』を読んで感じたことです。

応募ありがとうございました。 図書館長

八年目を迎えた 通学合宿

大学生と地域がサポート

親元から離れて集団生活を送りながら学校に通う「通学合宿」が、六月十九日から二十五日までの七泊八日の日程で、あすばるで行われました。

通学合宿実行委員会（山口靖浩実行

委員長）と町教委、道教育庁根室教育局の共催で、今年で八回目。参加したのは標津小学校の児童二十六人と過去最高の参加人数に。炊事や洗濯、掃除を自分たちで行い、規則正しい生活の中で、学習習慣などを身につけることにより、①家庭への「感謝」の気持ちを育て、②異年齢の子どもたちと生活することで「粘り強さ」を身につけ、③親へ依存しない「自立心」を養うことを目的としています。



②



①



④



③

(写真) ①夕食のハンバーグ作りに挑戦する子どもたち
②大学生の指導による学習の様子
③「昔遊び」で草笛の実演指導をする標津寿会
④「図書館お話し会」のボランティアによる大きな絵本の読み聞かせ

子どもたちをサポートしたのは、教育大学釧路校の学生八人と地域のボランティアの皆さん。食事づくりでは、町内会婦人部や女性団体連絡協議会、料理サークル・くいしん坊が指導。学習時間の中では、読み聞かせボ

ランティアの方々による「大きなお話し会」を。「昔遊び」では、けん玉やメンコ、竹馬などの昔の遊びを老人クラブ・標津寿会が子どもたちに教えるなど、年々、地域の人々が子どもたちをサポートしようとする機運が高まってきました。

また、今年から道教育庁根室教育局も共催で実施したことで、教員を目指す大学生への子どもたちへの指導法や、参加者間でのコミュニケーション力をレクリエーションの技術等に関する学習機会を設定。さらに、保護者を対象にした「子どもを勇気づけ、学ぶ意欲を育むコミュニケーション」をテーマに、子育て研修会を開催したほか、子どもたちへのアンケート調査を継続して実施し、生活の変化の様子を確認することで、事業効果の推進を図り、これまでの通学合宿よりさらに充実したプログラムとなりました。

山口実行委員長は、「年々、子どもたちをサポートしようとする地域のボランティアの方々が増えており、地域で子どもたちを育てる機運が高まっていることは大変意義のあること」と話しています。

なお、本年度はさらに第二回目の通学合宿として、八月二十七、二十八日の一泊二日で、ポー川史跡自然公園で行う予定です。

講演会から…

六月十一日、北星学園大学教授・武田秀勝氏を講師に、あすばるで開かれた講演会。テーマは「ストレスと健康」。講演会での要旨を紹介します。



講師 武田 秀勝氏
(北星学園大学教授)

「笑うと免疫力が高まる」

継続的な運動を行うと血液中のNK（ナチュラルキラー）細胞が増加して免疫力が高まり、病気にかかりにくくなる。特に「楽しい」「うれしい」と感じながら運動している時に、βエンドルフィンというホルモンが分泌され、その効果が強く現れる。

逆に押し付けられて嫌々する運動はマイナスとなるので避けるべき。身近なストレス解消法としては、入浴や音楽鑑賞が、効果がある。また、漫才鑑賞後、NK細胞の活性を測定すると、活性値の増加が見られ、笑うことが免疫効果高めることは科学的に実証されている。

健康づくりは知識よりも意識。健康であろうとする意識を高めていくことが重要である。

子どもの体力向上事業 「スポーツ講演会」の開催

- ・日 時 8月29日(月)
18:30~20:00
- ・場 所 あすばる
- ・講 師 中村 和彦氏
(山梨大学教育人間科学部教授)
- ・対 象 一般(町内・外問わず)



子どもの体力向上に関する研究では日本の第1人者としての呼び声の高い「中村和彦」氏による講演会が遂に実現!!

日本の子どもの体力の現状とからだの危機、元気になる遊びなど関係者必見!!

地域で子どもを育てていく原点とかわりについて、この機会に是非聞いてみませんか。

トップアスリート がやってくる!!

(1) 卓球講習会

- ・日 時 8月6日(土)
9:00~16:00
- ・場 所 総合体育館
- ・講 師 岩崎 清信氏
(株:パタフライ、元全日本卓球チャンピオン)
- ・対 象 町内小中高年生
標津スポーツクラブの主催です。ジェットドライブを武器に世界で活躍した岩崎氏による実技指導及び指導者講習会



(2) 野球講習会

- ・日 時 9月25日(日)
8:30~12:00
- ・場 所 町営球場
(悪天:総合体育館)
- ・講 師 町内小中学生
文部科学省・財日本体育協会「子どもの体力向上啓発事業」です。

※上記以外に、7月24日にはバレーボールVリーグ選手によるバレーボール教室も行われました。

イベント情報(8・9月分)

事業・行事名	期 日	時 間	対 象	会 場
おはようラジオ体操(夏休み期間)	7/22~8/17	6:30~	小~一般	図書館前広場、児童公園(新川上町内会)、薫別小中学校
ラジオ体操とおはようマラソン	7/23~8/15	6:30~	幼児~高齢者	川北学習センター
ラジオ体操放送	毎週水曜日	10:00~	一 般	全 家 庭
スポーツ体験教室	8/1、2、22、29、9/5、12、26	16:00~	小中学生	総合体育館
川北地域よさこいソーラン教室	8/1、29、9/5	19:30~	幼児~一般	川北体育館
ノーマライゼーションデー	毎週月曜日	9:00~15:00	一 般	総合体育館
ノルディックウォーキング教室	8/4、18、9/1、15	18:00~	一 般	総合体育館
卓球講習会	8/6	9:00~	小中高一般	総合体育館
北標津高齢者学級	8/10	10:00~	高 齢 者	北標津寿の家
渡辺貞夫コンサート	8/18	19:00~	一 般	あすばる
イルカ水泳教室	8/19、22、24、26、29、31	19:00~	小中学生	プ ー ル
管内中学バレーボール講習会	8/20	9:00~	中 学 生	総合体育館
川北華道こども教室	8/22、9/26	16:00~	小 学 生	川北学習センター
体組成計からだチェックデー	8/23、9/15	10:00~18:00~	一 般	総合体育館
巡回小劇場	8/24	10:30~	小 学 生	文化ホール
川北・古多・糖・薫別高齢者学級バス見学	8/25	10:00~	高 齢 者	中 標 津 町
第3回環境サービス杯ソフトバレーボール大会	8/28	9:30~	一 般	総合体育館
第1回北方領土返還パークゴルフ大会	8/28	9:00~	一 般	町営川北P・G場
子どもの体力向上事業「中村和彦氏スポーツ講演会」	8/29	18:30~	一 般	あすばる
川北華道教室(大人向け)	8/29	19:30~	一 般	川北学習センター
標津地区華道子ども教室	8/29、9/26	15:30~	小中学生	あすばる
第2回体協会長杯ナイターパークゴルフ大会	8/30	19:00~	一 般	町営川北P・G場
スピードスケート実技講習会	9/9~10		小中高一般	町 営 リ ン ク
山崎パニヲ活弁ワールド	9/10		幼児~一般	文化ホール
中学野球新人戦大会	9/10	9:00~	中 学 生	球 場
第3回町内会連合会パークゴルフ大会	9/11	9:00~	一 般	望ヶ丘パーク場
第39回オホーツクマラソン大会	9/18	9:00~	小中高一般	町 内
町内中体連新人戦大会	9/24	9:00~	中 学 生	総合体育館ほか
ブルサイドまつり	9/24	18:30~	小中高一般	プ ー ル
スポーツ選手活用体力向上事業(野球)	9/25	9:00~	小中学生	球 場

あすばる利用人数(月別)

月	利用人数	月	利用人数
3月	2,419	5月	2,059
4月	1,629	6月	1,869

<あすばる所蔵品 作品展 8・9月のお知らせ>

場所:あすばる展示コーナー

【8月展示】

期 間: 8月1日~30日

作 品: オオイタドリ(清水 克美)ほか

【9月展示】

期 間: 9月1日~29日

作 品: 冬の山(岩橋 英遠)ほか



ふれあいスポーツデー開催迫る!!

町民の地域間・世代間を越えたコミュニティイベント「ふれあいスポーツデー」が今年度は、次の日程で開催されます。内容の詳細は、今後チラシ等でお知らせしていきます。

・期 日 10月2日(日) ・場 所 総合体育館ほか