

視野を広め、健康で楽しみのある生活を

すこやか大学「開校式および第1回学習会」を3会場で開催
すこやか大学（概ね70歳以上の町民）の「開校式および第1回学習会」は南部で7月14日、北部で18日、中部で26日に開催されました。本年度のすこやか大学の受講生は170人。「学習会を通して視野を広め、健康で楽しみある生活を過ごせるようにする」の目標のもと、年4回の学習会を計画しています。

第1回学習会は、カイロプラクター（整体師）の奥野雅海さん（梅高）を講師に迎え、「姿勢と健康～上手な身体の使い方！」をテーマに講習会を実施しました。

雅海さんは講義の中で「骨盤のゆがみは、日々の生活習慣から生じることが多いため、普段からの心がけが大事。歩く

ときには骨盤を中心とした身体の使い方をするといいでしょう。痛いといって体を動かさないと、使わない筋肉を低下させてしまいます。なるべく動かすようにしましょう」など、受講生に向けてアドバイスを送りました。雅海さんは加えて「スポーツと同様に、農作業の前後にも筋肉をほぐしてほしい」と話しました。

受講生は、「実際に体の模型を使って教えてくれたので分かりやすかった」「これからは骨盤を意識して歩きたい」などの感想が聞かれました。

この学習会を機会に、身体を上手に使うコツを覚え、ますます元気な毎日をごしたいものですね。



奥野雅海さん指導による「姿勢と健康～上手な身体の使い方～」



今月の予定

- 14日水 むつみ学級第2回学習会（視察研修）
- 20日火 すこやか大学・南部第2回学習会
- 22日木 すこやか大学・中部第2回学習会
- 29日金 すこやか大学・北部第2回学習会

今月の町民ギャラリー展示

手工芸作品展 高齢者生きがいの郷・むつみの郷
（本町生きがい対応型デイサービスセンター）

今月の文化会館ロビー展示

切り絵展 森下元司（下長尾）、小澤久美子（梅高）

役場、文化会館にお越しの際は、ぜひ作品展示会場にお立ち寄りください。

ベストを尽くし、最後まで走り抜きます

①選手およびスタッフ顔合わせ会

12月3日に開催される第12回静岡県市町対抗駅伝競走大会。その選手およびスタッフ顔合わせ会は7月31日に開かれました。顔合わせ会では、瀧尾実行委員長から激励の言葉が送られ、その後監督とスタッフが自己紹介、続いて選手候補者が自己紹介しました。選手候補者からは「今年は選手になれるように頑張りたい」「少しでもチームの力になれるように頑張りたい」「ベストを尽くして頑張ります」など、それぞれが抱負を述べました。

中村コーチからは今後の練習日程などについて説明があり、候補者たちは熱心に聞いていました。

②選手候補者、保護者それぞれを対象とした講演

顔合わせ会が終わったあとは選手候補者に対する講演会と保護者を対象とした講演会が開かれました。選手候補者への講演会では、講師として招かれた川根高校河原崎全校長が「駅伝練習に臨む

心構えと練習方法」について話されました。保護者への講演会では、池本祐子保健師が「駅伝練習に臨む子どもの食事・栄養管理」について説明しました。

今後、記録会を実施し、登録選手20人を決定していきます。本町の代表として練習に励む選手候補者たちに、温かいご声援をお願いします。



自己紹介と決意を述べる選手候補者たち

決意と希望、ほんの少しの不安を胸に「旅立ち」

本町中学生の海外英語研修（カナダ）壮行会

中学2年生を対象とした海外英語研修の壮行会は7月26日に山村開発センターで開かれました。本年度は中学2年生18人が、8月1日から10日まで、カナダでの語学研修に臨みます。

壮行会に参加した中学生は、佐藤町長や保護者らを前に「外国の文化を知り、日本の文化を伝えたい」「ホストファミリーや友達と積極的にコミュニケーションをとりたい」と決意を述べました。

参加者一行は、佐藤町長や山下教育委員長らの激励を受け、8月1日に出発式を開いたのち、元気に出発しました。現地ではバンクーバー市内に

ホームステイし、同年代の生徒と友好を深めながら語学を学びます。市内観光や現地の子どもの交流、ボランティア体験なども予定されています。



不安な胸の内や決意などを述べる参加者たち

9月の
お買い得
情報

草刈り機特価！キャンペーン9月15日まで延長！

ラビット・新ダイワ・共立草刈り機を展示会価格にて販売！（排ガス規制の関係で大幅な仕様変更あり）

※家庭菜園用電気柵デンエモン100mセットを¥28,000—で好評発売中です！

農機具の購入・修理・改造など、お気軽にご相談ください。地域のお店だからこそ、ていねいに分かりやすく、迅速に対応いたします！

前田機材

川根本町上長尾795-1
I P 電話 ☎050-3363-2252
☎56-0006 FAX56-0009



「しまった！ また、やっちゃった…！」

こんなとき当社钣金部へ。早い、安い、納得のできあがり。
朝出して、夕方引き取り 钣金部長 森永

川根自動車株式会社

川根本町上長尾869-2 ☎0547 (56) 0150