

転ばないための工夫や頭を使ったレクリエーションも

健康な毎日を送るため「転倒予防教室」に参加を

楽しそうに運動に取り組む参加者たち



B & G海洋センターでは地域包括支援センターと連携し、全地区を対象とした転倒防止予防教室「元気いっぱい教室」を開催しています。

教室では、日常生活の中での転ばないためのちょっとした工夫や実際に体を動かす運動、頭を使うレクリエーションなどを中心に実施しています。

転倒予防のためには、自分の体がどれだけ動かせるのかをあらかじめ知っておくことが最も大切であり基本です。でも実際

には、知っているようで知らない人も多いのではないでしょうか。こういった教室を通してそれを知ることは、ケガを未然に防止し、健康な毎日を送ることにつながります。

昨年実施した転倒予防教室のアンケートでは、実際体を動かして「楽しかった」という意見もたくさん見られました。

本教室は、来年3月までに全地区を巡回する予定です。お住まいの地域で開催する際には、ぜひ一緒に楽しみましょう。

今月の予定

4日土 第11回静岡県市町対抗

駅伝競走大会

6日月 すこやか大学学習会② (本川根小)

8日水 トレーニング講習会

(B & G海洋センター・午後7時30分~)

8日水 むつみ学級学習会③ (視察研修)

10日金 B & G海洋センター利用者団体大掃除

11日土 B & Gクラブ⑩ (島田チャンピオンスクール)

18日土 B & Gクラブ⑪ (島田チャンピオンスクール)

今月の町民ギャラリー展示

①大札山・蕎麦粒山写真展

奥大井県立自然公園
~9日 (海野泰一・西本敬: 奥泉)

②人権啓発ポスター

~6日 (福祉課)

③刻字と書の作品展

(岩瀬順郎: 千頭出身)

今月の文化会館ロビー展示

①大札山・蕎麦粒山写真展

奥大井県立自然公園
~1月11日 (海野泰一・西本敬: 奥泉)

②税の習字

10日~24日 (町内小学生)

③人権啓発ポスター

6~13日 (福祉課)

文化会館自主事業舞台演劇・劇団たんぽぽ「赤ガラス大明神」

笑いあり、涙ありの演劇が来場者を魅了



町内小学生、幼稚園・保育園児、授産所通所者を対象とした劇団たんぽぽによる舞台演劇公演は11月5日、文化会館で開催されました。

演目は「赤ガラス大明神」です。村人の女の子から神様に間違えられた赤ガラス。女の子の願いをかなえるため必死で頑張る赤ガラスの姿を、日本の伝統芸能（狂言）の演出手法で演じました。笑いあり、涙ありの演劇に、来場者は夢中になっていました。

ふるさと発見団では紅葉ハイキングを楽しみました

わがまちの自然についてもっと知ろう



ふるさと発見団「わがまちの自然を知ろう！紅葉ハイキング」は11月6日、小学生13人が参加して実施されました。自然に詳しい澤本等さん（徳山）、鈴木正文さん（梅高）を案内役に、接岨地区のレインボーブリッジや八橋小道などを散策。草花を観察したり野鳥を観察したりと、子どもたちは興味深そうな表情で歩いていました。

散策の後は、資料館やまびこを見学し、グループごとに印象に残った風景などを絵で表現しました。

大人から進んであいさつする、ほめる、認める、感謝する

地域の青少年声掛け運動の協力者募集



地域の青少年への声掛け運動は、青少年に対して周りの大人が温かいまなざしを向け、大人から進んであいさつする、ほめる、認める、感謝するなどの声かけをきっかけに、青少年の健やかな成長を地域ぐるみで見守り、支援していくという運動です。現在、県内で約30万人が賛同し、取り組んでいます。

「地域の青少年声掛け運動」に協力していただける町民の皆さんには、町教育委員会生涯学習課へお申し込みください。実行章（バッジ）をお渡しします。



わたしも利用しています「中電オートリース」
車検時の経費や毎年の自動車税…

手間がかからず安心整備！ 安心ドライブ！

中電オートリース指定店

川根自動車株式会社

川根本町上長尾 869-2

TEL: 0547 (56) 0150



千頭地区 Uさん

☆12月のお買い得情報☆ 丸山ラジコン早期予約キャンペーン！

例：新製品MS V413R2L 「2ch (巻取・E/G停止) -φ10mm×130m」 定価532,350円 (税込)

12月20日までにご予約いただると、当店展示会価格よりさらに「4万円お得！」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
IP電話 ☎050-3363-2252
Fax 056-0006 Fax 056-0009