

夢つうしん

教育委員会だより
発行：佐呂間町教育委員会
編集：教育委員会社会教育課
〒093-0592
北海道常呂郡佐呂間町字永代町3番地1
社会教育課：TEL2-1295/FAX2-1131
e-mail：samanabi@town.saroma.hokkaido.jp

2020
10
No.355

さろま健康づくり講座 「からだ工房」開催のお知らせ

毎年、多くの皆様にご好評をいただいております「からだ工房」が始まります。今年は、新型コロナウイルス感染症対策を講じての開催となるため、下記案内をご確認の上、お申し込み願います。

空手・ボクシング・ムエタイ等の動きをフィットネス風にアレンジしたエクササイズや、リズミカルな動きとダンスを組み合わせたエクササイズ、簡単な動作でのシェイプアップを中心にを行いますので、冬に向けて元気な「からだ」づくりに挑戦しましょう！

【日 時】 11月 5日(木)、11日(水)
18日(水)、25日(水)
12月 2日(水)、 9日(水)
19時～20時30分

【場 所】 スター(武道館)

【対 象】 18歳以上の女性

【定 員】 25名

※定員を上回った場合は町内在住者を優先し、抽選となります。

【指 導】 スポーツプラザ進化塾 ほか

【参 加 料】 1回100円(施設使用料)

【持 ち 物】 動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

【感染対策】 入退館時の手指消毒、講座の前後ではマスクを着用願います。また、寒い時期での開催となりますが、換気を行います。

【申し込み】 10月16日(金)までに、社会教育課(2-1295)または、スター(2-2261)へお申し込みください。

令和2年度 社会教育事業等中止のお知らせ

下記事業について、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は中止とさせていただきます。ご了承ください。

- 佐呂間高校開放講座
- ミュージックフェスティバル
- スターまつり
- 図書館まつり
- 教育講演会

ALT マッケンジーの Alaska Style!!

アラスカでは、冬が始まる前の9月がブルーベリーやラズベリー、サーモンベリーなどのベリー狩り、釣り、家庭菜園などを楽しむ最後のチャンスです。

この時期になると、ほとんどの人は野菜を缶詰にしたり、果実からジャムを作ったり、鮭を燻製にして、冬への準備をします。

また、8月25日～9月25日の間はムース(ヘラジカ)の狩猟シーズンでもあります。他の動物の狩猟シーズンもありますが、ムース狩りのシーズンが一番人気です。



今月の
One Point
English

・「冬の始まり」は英語で“first frost”
直訳すると「最初の霜」という意味で、9月の終わり頃に霜が降りるようになります。

トレーニング機器を リニューアルしました

トレーニングルームに設置している有酸素系トレーニング機器 8 台の更新と振動系トレーニング機器 1 台を新たに設置しました。新しくなった機器を利用し、生活習慣病の予防・改善やスポーツパフォーマンス向上等にぜひお役立てください。

ステッパー



コードレスバイク



ラボード



ソニックス



振動系トレーニング機器「ソニックス」は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの令和2年度スポーツ振興くじ助成金（地方公共団体スポーツ活動助成）を受けて設置しました。

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ
助成を受けています。

スポーツくじ (toto・BIG) 理念広報サイト
<https://www.toto-growing.com>

※トレーニング機器使用方法の指導を受けたい方、運動プログラムの作成等をご希望される方は「パーソナル指導」をご利用ください。

「パーソナル指導」実施中です

スターでは、各種トレーニングや水泳・水中運動の個人レッスンが無料で受けられる「パーソナル指導」を新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じた上で実施しています。コロナ禍による運動不足解消等にぜひお役立てください。

【期 日】 令和3年3月31日（水）まで

【コ ー ス】 ①各種トレーニングコース
②水泳・水中運動コース

【実施内容例】 体重を減らしたい方
→体幹トレーニング等
生活習慣病の予防を目指す方
→有酸素運動等
退院後の体力を取り戻したい方
→筋力運動（自重負荷）等

【対 象】 小学生以上
（プールは保護者同伴の幼児も可）

【回 数】 1人あたり月2回まで

【時 間】 45分～60分

【定 員】 1～2名

健康運動指導士、日本スポーツ協会公認水泳指導員有資格者が指導します。年度内の回数制限があります。また、年齢によって指導時間が変わります。詳細についてはスターへお問い合わせください。

【申し込み】

お電話（2-2261）またはスター受付にてお申し込みください。

（毎月15日から翌月分の申込みを開始します）

令和2年度 温水プール営業終了のお知らせ

今年度の温水プールの営業は、10月31日（土）をもって終了となります。次年度の営業開始は、令和3年5月を予定しています。トレーニングルーム、ランニングコースについては、11月以降も引き続き営業しますので、どうぞご利用ください。

図書館情報

図書館：TEL 2-2215/FAX 2-2632

WebOPAC（所蔵検索）<https://ilisod001.apsel.jp/saromalib/wopc/pc/pages/TopPage.jsp>

ミニ古本市開催のお知らせ

開催中止となった図書館まつりの代わりに、会議室で3日間にわたり、ミニ古本市を開催します。1冊10円から販売しますので、ぜひご来場ください。

【日時】 10月28日（水）～30日（金）
10時～17時

※マスクの着用等、新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。また、来館者多数の場合は入館制限を行う場合があります。

あおぞら号巡回日程表

曜日	巡回日	巡回順路	停車時間	
火曜日	10月13日	佐呂間小学校	10:10～10:30	
	27日	宮前団地	13:20～13:40	
		西中央公民館	13:50～14:10	
		仁倉旧農協前	14:30～14:50	
	10月6日	佐呂間小学校	10:10～10:30	
	20日	若佐 消防 若佐コミセン前 若佐保育所	13:10～13:30 13:35～13:55 14:00～14:15	
水曜日	10月7日	ふれあいインサロマ	10:30～10:50	
	21日	浜佐呂間小学校 浜佐呂間活性化センター前 浜佐呂間夕見 類家宅前 浜佐呂間 谷川宅前	12:40～13:00 13:05～13:15 13:20～13:35 13:40～13:55	
		知来 伊東宅前	14:10～14:20	
		知来 中原宅前	14:25～14:35	
		東 佐野宅前	14:40～14:50	
		佐呂間高校	15:15～15:30	
	10月14日	浜佐呂間小学校	12:40～13:00	
	28日			
	木曜日	10月8日	若佐小学校	10:10～10:25
		22日	佐呂間中学校 夢ふうせん	12:45～13:05 13:20～13:40
10月1日		若佐小学校	10:10～10:25	
15日 29日				

※個人や団体であおぞら号の巡回を希望される方は、図書館までご連絡ください。

図書館からおススメ ハロウィーン特集

10月になり、今年もハロウィーンがやってきます。そこで今回はハロウィーンに関連した本3冊を紹介します。

「ハロウィーンのひみつ」 はやしちかげ／著

双子の魔女の子、アンナとハンナはハロウィーンの夜、人間の子どものもとへ行きます。ところが、人間たちのおこしたたき火で、アンナが消えてしまい…。大人も知らないハロウィーンの由来をわかりやすく教えてください。



「ルルとララのハロウィン」 あんびるやすこ／著



ルルとララのお店に子どものおばけたちがやってきて、ランタンフェスティバルのケーキを作ってほしいと頼まれます。ケーキを作る二人ですが、スポンジがうまく出来ません。果たしてランタンフェスティバルは成功するのでしょうか。

「しずくちゃん 31」 ぎぼりつこ／著

ハロウィンで盛り上がるしずくの森のみんなの様子を楽しいマンガで描くほか、料理のレシピや占い、まちがいさがしなどもあり、楽しさ満載！現在シリーズ34巻が図書館にあり、どの巻から読んでも面白いので、ぜひご覧ください。



みんち

minchi 絵本原画展を開催します

絵本作家 minchi 氏による絵本「にゅうしちゃん」の原画展を開催します！歯の大切さを描いた人気絵本の、貴重な原画の数々を間近で見られます。

みなさんの来館をお待ちしています。

【開催期間】

10月14日（水）～27日（火）

※図書館休館日はお休みになります。

※最終日は午前中のみ展示となります。

【場 所】 一般閲覧室



郷土資料寄贈のお願い

図書館では、佐呂間町に関して書かれた資料や、佐呂間町にお住まいの方が出版された資料などを、郷土資料として収集しています。寄贈してもよい資料をお持ちの方は、図書館へご連絡ください。ご寄贈いただいた資料は、郷土資料コーナーに配架し、町民の皆さまに利用させていただきます。

【集めている資料】

- ・地域の歴史や地理、文化などについて書かれたもの
- ・自費出版された自分史、詩集、短歌などの作品集
- ・グループで作成された同人誌
- ・企業の社史
- ・入手の難しい郷土に関する古い資料 など



今月の新着本

《小説・文芸書》

- ・はないちもんめ 1～7 ありまみきこ 有馬美季子／著
- ・スキマワラシ おんだりく 恩田 陸／著
- ・動機探偵 きたよしひさ 喜多 喜久／著

《一般書》

- ・人生の教養を高める読書法 たけだ てつや 武田 鉄矢／著
- ・日本展望タワー大全 かねだひろ かねだひろ／著
- ・ヒロシのソロキャンプ ヒロシ ヒロシ／著

《児童・青少年向け》

- ・ガリガリ君ができるまで いわさだ 若 貞るみこ／文
- ・団地のコトリ やつか すみこ 八東 澄子／著
- ・異能力フレンズ 3 れいじょう こ 令文ヒロ子／作

《えほん》

- ・かぼちゃのだいおう おおいじゅんこ おおいじゅんこ／作
- ・ほんとうの星 ながた しんさく 長田 真作／作
- ・いっさいはん みんち minchi／作・絵

各施設休館日のお知らせ

◇町体育館の休館日

10月 3日（土） 10日（土） 17日（土）
24日（土） 31日（土）

※土曜日及び祝日の翌日休館

◇スターの休館日

10月 5日（月） 12日（月） 19日（月）
26日（月）

※月曜日及び祝日の翌日休館

◇図書館の休館日

10月 5日（月） 12日（月） 19日（月）
26日（月） 30日（金）

※月曜日・祝日及び図書整理日休館