

～地域のお話をお届けします～

「運動不足解消に」

恵み野ホールにおいて2月に4回、3月に3回、旭川市の笹 真由美さんを講師に招き、冬の寒さに負けない健康づくり・体力づくりの教室として健美操&ソフトエアロビクス教室が行なわれました。

参加者（延90名）は、正しい呼吸法・経路をつかった全身体操で、身体が温まり気持ちがいい汗を流していました。



平成17年度女性大学セミナー

1月24日（火）に恵み野ホールにおいて、開講しました。今年は食をテーマに道内各地からそれぞれスペシャリストをお招きして講演いただき、今年度は、延448名の参加となりました。



▲第1回 1月26日（木）  
『消えてゆく食卓』  
NPO法人北海道

食の自給ネットワーク  
事務局長 大熊久美子氏  
社会の食に対する意識・環境の変化に振り回される子どもたちに、親や社会が責任を持って食育を推進する大切さを訴えられておりました。



▲第2回 2月7日（火）  
『地場農産物を活用した料理紹介』  
士別イン翠月

取締役料理長 高橋 和敏氏  
ホテルに合宿したアスリートに提供する食事についての苦労話や、地場野菜を使っただデザート作りなどについて講演いただきました。また、高橋料理長お手製の地場農産物を使った料理7品を来場されたかたがたに試食していただきながら紹介していただきました。



▲第3回 2月14日（火）  
『ころ遊びからだ遊びの  
レクリエーション  
レクリエーションインストラクター  
原田 久美子氏

全身を使った演習を行いました。自分の名前を使った「なまえDEビンゴ」、「食」をテーマに野菜のカードを使ったレクや、パネルシアターを用いてのうた遊びなどを行いました。最初は恥ずかしがっていた参加者も、次第にレクリエーションにのめり込んでいました。



▲第5回 2月27日（月）  
『食と健康』市立名寄短期大学  
生活科学科助教授 石川みどり氏

自分の食生活のバランスはどうなっているかを検証しました。各グループに分かれ、様々な料理が描かれた教材を用いて夕食のメニューを献立し、それぞれのメニューの主食・副菜・主菜などのバランスを見ながら何が足りないのか、何が摂りすぎなのかをチェックしました。

▲第4回 2月21日（火）映画鑑賞  
『四月の雪』  
監督／脚本 ホ・ジノ  
出演 ペ・ヨンジュン

▲第7回 3月14日（火）  
旭山動物園・道新旭川支社見学



▲第6回 3月7日（火）  
『山中料理長の食材に対するこだわり』 ▲  
JRタワーホテル日航札幌35F スカイレストラン「丹頂」料理長 山中 俊幸氏  
本町出身の山中料理長を招き、ホテルが取り組んでいる道産食材へのこだわりについて講演いただきました。また、後編では料理長自らが会場でライブクッキングを行い、「和寒産南瓜のモンブラン」と、昆布と豚バラ肉で作った「クービーリチー」を参加者に試食いただきました。

## まちのニュース カメラ・アイ

### 「世界に一冊しかない」

小学校5年生の児童が、総合的な学習において、手づくりの絵本をつくりました。

絵本には、和寒町に関わる榎の木、カボチャ、千本桜、カタクリ、塩狩峠などが登場するお話なので、町民にも是非読んでもらおうと、2月23日（木）に芳生苑、3月2日（木）には保育所へ、絵本の読み語りに訪問しました。

なお、児童の作品については、図書館において展示予定になっていますので、読んでみてください。



### 「まちの案内役は？」

3月9日（木）に、まちの自慢をPRするテレビ番組の取材が行われました。

町長がマイク片手に案内役となり、冬期間の自慢である、キャベツ・カボチャ・スキー場などについて紹介がされました。

放送については、関東地方などの地域限定のため、取材に協力いただいたかたがたの姿を見ることができず残念ですが、視聴者から早速メールが寄せられました。

### 「お父さんと遊ぼう」

3月12日（日）三笠児童館において育児教室『おやっこ教室 ぱぱっこくらぶ』が開催されました。

参加された9組のパパ&ママと子どもたちは元気いっぱい、親子遊びを楽しみました。後半の『お父さんの座談会』では、療育相談員の守屋陽子先生を交え『しつけと叱り方』など、普段の子育ての中でパパ達を感じる疑問や質問について、意見交換がされました。



### 「いつまでもお元気で」

3月13日（月）、芳生苑において月1回の誕生会が開かれました。

この日は、明治38年に生れた和寒町最長寿の竹内菊枝さんが104歳の誕生日を迎えられることから、町長からお祝いに花束が贈られ感激の涙を見せていました。

町長、職員から「おめでとうございます。」と声をかけられると、「ありがとうございます。」と元気よく答えていました。