

# らいふまっぴ

発行者／中標津町教育委員会 生涯学習課  
〒086-1197 中標津町丸山2丁目22番地  
TEL 0153-73-3111(内線268) FAX 0153-72-7757

2020

10

vol.270



## なかなか健康なかしべつ2020

### 成長期スポーツ検診 解説講演会 折茂武彦とスポーツドクターから学ぼう

と き／11月22日(日) 開演9時15分(11時45分終了予定)

※開場：8時45分～

※物品販売：8時45分～12時30分

ところ／総合体育館 サブアリーナ

対 象／スポーツ指導者及び選手保護者、興味のある一般の方

内 容／『身体づくりとスポーツ障害予防の重要性』

講師：株式会社レバンガ北海道

代表取締役社長 折茂 武彦 氏



『成長期のスポーツ障害を、いかにして予防するか』

講師：スポキチクリニック 院長 伊藤 雄人 氏

© LEVANGA HOKKAIDO  
© B.LEAGUE

『体の硬さ・動きとスポーツ障害の関係について』

講師：医療法人回生会 大西病院リハビリテーション部

理学療法科長 小迫 伸也 氏

料 金／前売券：500円(税込み)

当日券：800円(税込み)

全席自由 ※定員枚数に達した時点で販売終了

チケット販売場所／総合体育館・しるべっと・交流センター

チケット販売開始／10月20日(火)

問合先／総合体育館 スポーツ振興課トレーニング指導係 (☎72-2316)

共 催／一般財団法人大地みらい基金

主 催／中標津町・中標津町教育委員会・(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

協 力／株式会社レバンガ北海道・医療法人社団田中医院スポーツサポートプロジェクトSeeds  
中標津バスケットボール協会・中標津町スポーツ少年団本部



# ほっとメール

NPO法人 子育てサポートネットる・る・る

こんにちは、るるるです。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響でお祭りなどのいろいろなイベントが中止となり、ちょっと寂しい夏でしたね。

「るるる」でも、お母さんとお子さんが遊べるイベントが中止になり9月までは託児のみでしたが、いよいよ10月から「親子サロン」が再開します。

感染予防のため、予約制として人数制限を設け、開催時間も少し短くなりますが、お母さんとお子さんが少しでも気分転換ができ、ゆっくりとお話できる場所になれるよう、スタッフ一同、皆さまのお越しを心よりお待ちしております。

残念ながら「あいあいサロン」は今年度はお

休みです。来年の6月に再開しますので、それまでしばらくお待ちください。

子育てをしていると、いろいろと思い悩むこともありますよね。一人で考えていても答えが出ないことも多いでしょう。そんな時は、ぜひ「るるる」にご相談ください。メールでも相談は受け付けています。(rururu@snow.plala.or.jp)

「NPO法人 子育てサポートネットる・る・る」は、みんなが笑顔で子育てできるように、お母さんたちの子育てをサポートしています。子育てに困ったときは、一人で悩まず「るるる」に遊びに来てください。

NPO法人子育てサポートネット る・る・る  
東14条北1丁目 ☎72-3259

平日9時から17時まで  
(土日祝日はお休みです)

るるるのHPはこちらから→



【総合型地域スポーツクラブ】

## NPOなかしべつスポーツアカデミー情報

みんなで楽しく  
いい汗！  
いい笑顔！

### ◇スポーツ広場

#### ◎ミニテニスを楽しむ会

一般対象

と き／毎週水曜日 9時～10時30分

#### ◎ミニテニスをやってみる会

一般対象

と き／毎週金曜日 13時30分～15時

#### ◎くたくたミニテニスクラブ

一般対象

と き／毎週水曜日 13時30分～15時

※新会員を募集しています！初心者歓迎！

ラケットを貸し出しあり。参加費30円。

#### ◎ジュニアミニテニスクラブ

幼・小・中学生対象

と き／10月24日(土) 9時30分～11時

### ◇ふまねっとで脳も体も元気に！

一般対象

と き／10月12日(月)・29日(木)

14時～15時

※もう始まっています!!

◎会場はすべて総合体育館です。



### スポーツ体験クラブ

### 会員募集

小学1年生から中学生対象

年間を通じてさまざまな体験プログラムを用意しています。

会 費／年 1,200円 (スポーツ安全保険加入)

申込方法／つぎの施設で申込用紙を配布していますので、各窓口へ提出ください。

【総合体育館、しるべつと、運動公園管理棟、ゆめの森公園管理事務所】

「スポーツ広場」等の活動内容はホームページ (<http://npo-nsa.jp/>) でも確認できます。



問合先 〒086-1148 中標津町緑ヶ丘6番地3 中標津町運動公園管理棟内  
NPOなかしべつスポーツアカデミー クラブマネジャー 木下 弘 之  
☎72-8003 FAX 72-8009

# 町立計根別幼稚園の新入園児募集について

## 募集定員（3学級編成）

年少児（3歳児） 定員25人（満3歳児含む）

3歳児：平成29年4月2日～平成30年4月1日 生まれ

満3歳児：平成30年4月2日～平成31年4月1日 生まれ

＊満3歳児の受け入れは定員6人を基本とし、入園は誕生日が過ぎてからとなります。ご不明な点がございましたら、幼稚園にお問い合わせください。

年中児（4歳児） 定員35人 平成28年4月2日～平成29年4月1日 生まれ

年長児（5歳児） 定員35人 平成27年4月2日～平成28年4月1日 生まれ



令和3年度の新入園児を、つぎのとおり募集します。  
願書配付・受付期間 11月2日(月)～24日(火)  
※願書・募集要項は、計根別幼稚園で配布します。

◎広報10月号5ページに、町内の認可保育園、認定子ども園も含めた新入園児募集の記事を掲載しています。

問合先 計根別幼稚園 (☎78-2336)

## 本町の地域学校協働活動を推進する「中標津町地域学校協働本部」

学校と地域が連携・協働して、地域全体で子どもたちの学びや成長を支える活動の総称を「地域学校協働活動」といいます。

本町でもすでに各学校へ地域の方（個人、サークル、企業、PTA、学校運営協議委員など）の協力を得て、授業のお手伝いや行事が開催されるなど、地域学校協働活動が行われています。

中標津町教育委員会では、こうした活動を持続して推進するため、本年度4月に「中標津町地域学校協働本部」を設置し、令和3年度からの本格的な活動開始に向けて準備を進めています。

## 地域の子どもたちのために力を貸してください ～学校支援ボランティアを募集します～

中標津町地域学校協働本部では、学校支援ボランティア派遣事業を行います。

学校からの要請に基づき、登録ボランティアやサークル・団体等と調整のうえ、協力可能な方に授業や行事で先生方のサポート役を務めてもらうものです。

現在、令和3年度から活動いただけるボランティアの方を募集しています。

### ボランティア活動例

学習会でテストの丸付け、マラソンや水泳での安全監視、スケートの靴紐しばり、調理実習の補助 など

上記活動例のような大人の手を複数必要とする、または技術指導を必要とする時に、学校支援ボランティアの方がいてくださると、子どもたちにきめ細やかな指導や安全確保が可能になります。

募集対象／町内在住の一般成人

活動場所／町内の小・中学校および義務教育学校（内容によって校外の場合もあり）

その他／学校支援は無償の奉仕活動となります（傷害保険は事務局で加入）

申込・問合先／事務局〔社会教育係〕（☎73-3111 内線281）



## なかなか健康なかしべつ2020

### 体力測定会

と き／11月6日(金)

〔65歳以上の方〕15時～16時45分

〔18歳～64歳の方〕18時～20時

ところ／総合体育館

メインアリーナ・多目的室

対 象／町内在住で18歳以上の方

内 容／①身体測定・血圧測定・健康相談

②新体力テスト

定 員／18歳～64歳：20人

65歳以上：20人 ※いずれも先着順

参加料／1人100円（保険料込み）

申込期間／10月6日(火)～30日(金)

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

問合先／総合体育館（☎72-2316）

## ファンクショナル トレーニング教室

正しい姿勢や動作の土台作りを目指す体幹運動、バランストレーニングやストレッチを行います。

と き／11月6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)

全4回 10時30分～11時30分

ところ／総合体育館 多目的室

対 象／一般成人

定 員／12人 ※先着順

参加料／1,600円（保険料込み）

申込締切日／10月31日(土)

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

問合先／総合体育館（☎72-2316）

## (公財)日本水泳連盟

## 泳力検定会

## 参加者募集中!!

と き／12月6日(日)

と ころ／温水プール

申込締切日／11月4日(水)

主 催／中標津水泳協会



くわしくは総合体育館またはプールで配布している開催要項でご確認ください。

## 中標津スピードスケート少年団

君たちもトップアスリート

新規団員  
募集中!

募集対象・募集期間／小学生～中学生の男女・シーズン中随時募集

総合体育館で配布している指定の申込用紙に記入し、窓口へ申し込みください。

活動期間／10月下旬～12月中旬（陸上トレーニング） 12月中旬～2月下旬（氷上トレーニング）

活動費／小学生低学年（1～3年生）… 14,000円 小学生高学年（4～6年生）… 16,000円

中学生 …… 18,000円

☆中標津スケート協会ホームページからも募集要項の確認が可能です。【<https://nsst-nsst.jimdofree.com>】

☆問い合わせは、スピードスケート少年団：土井上（☎090-7649-6634）まで。

## 温水プール利用時間

10月から  
5月まで

遊泳時間と開閉館時間が  
変更になります。



☆月曜日から土曜日

| 区分       | 遊泳時間       |
|----------|------------|
| 午後       | 14時～16時45分 |
| 夜間       | 17時～20時45分 |
| 閉館時間は21時 |            |

☆日曜日・祝日

| 区分       | 遊泳時間       |
|----------|------------|
| 午前       | 10時～11時45分 |
| 午後       | 13時～16時45分 |
| 閉館時間は17時 |            |

☆小学生は17時以降、中学生は18時30分以降、高校生は20時30分以降、保護者の同伴がなければ遊泳できません。  
☆12月11日(金)から1月6日(水)までは、施設整備期間のため休館となります。

## 読書週間

# 標語「ラストページまで駆け抜けて」



### ★特別展示

## 「ラストページまで駆け抜けて ～文学・アート・ミステリー～」

期 間／10月24日(土)～11月8日(日)

読書週間限定名言しおりプレゼント！

※なくなり次第終了します。

### ★ブックカバーサービス

1日1人1冊まで

図書館の本にかかっている透明なブックカバーを、お持ちの本に無料でおかけします。

期 間／10月31日(土)～11月6日(金)

受付時間／10時30分～18時

### ★ぬいぐるみおとまり会

ぬいぐるみのおはなし会のあと、ぬいぐるみは図書館におとまり！ぬいぐるみたちのおとまりの様子を、写真に撮ってプレゼントします。

と き／11月7日(土) 14時～14時15分

※おはなし会のみ参加は申込不要

ところ／しるべっと 視聴覚室

対 象／乳幼児～小学校6年生まで

定 員／先着10人

申込期間／10月24日(土)～11月1日(日)

※ぬいぐるみのおむかえは11月8日(日)12時から

### ★古本市 1冊10円!

町民の皆さんの厚意で集まった本を販売します！

と き／11月1日(日) 10時～14時

ところ／しるべっと コミュニティホール

主 催／青空本の広場実行委員会（事務局：図書館）

※買い物袋・小銭をご用意ください。

※会場内の人数制限など新型コロナウイルス感染症対策を講じて実施しますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

## いずれも参加無料

※会場の記載がないものは図書館で開催  
問合・申込先 図書館（☎73-1121）

## 10月の展示

一般展示 『食欲の秋！』

児童展示 『いろんな秋み～つけた♪』

### 林業体験教室 参加者募集

と き／10月24日(土) 9時30分開始

ところ／運動公園、(株)ケイセイ

内 容／カラマツの枝払い体験、製材工場見学、木工体験

対象・定員／町内の小中学生30人（親子可）

参加料／1人500円

申込方法／学校を通じて配布する申込用紙に参加料を添えて、教育委員会生涯学習課社会教育係へお持ちください。

締切日／10月16日(金)

主 催／中標津町・中標津町教育委員会

共 催／中標津町緑化管理組合・あすなる会

協 力／根室振興局森林室

## テストコンサート「Shien」

### 開催報告

しるべっとでは、音楽公演や演劇等の劇場再開に向けて、試験的なコンサートを開催しました。

参加対象を限定しながら、非接触を前提とした受付方法や、間隔をあけた座席配置、休憩時の混雑緩和対応、アナウンスによる分散退場等、感染防止対策をテストしました。

これまでの公演とは違うことが多く、来場者の皆さまにはご不便をおかけしましたが、いただいたご意見や課題について、スタッフ一同で協議・検討しながら、今後も町民の皆さまに、しるべっとの公演に安心してご来場いただけるよう取り組みます。

### テストコンサート「Shien」

と き／9月2日(水) ※開催済

18時30分開場 19時開演 20時15分終演

ところ／しるべっとホール

出 演／札幌交響楽団メンバーによる弦楽四重奏

ヴァイオリン：桐原宗生

ヴァイオリン：赤間さゆら

ヴィオラ：鈴木勇人

チェロ：小野木遼

対 象／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

賛助会員、しるべっと鑑賞友の会会員

来場者／110人 入場料／無料

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



## NLT公演 しあわせの雨傘 Potiche ～飾り壺～

### 開催予告!!

大人のフレンチコメディの傑作！2016年初演、2018年に続き2020年に豪華キャストが再集結！道内では、深川、大空、斜里、鷹栖、名寄、北広島、そして中標津の全7公演を予定♪詳細は調整中のため、決定次第、本紙やしるべっとホームページなどでお知らせします。

と き／12月16日(水) 18時30分 開演予定

ところ／しるべっとホール

出 演／賀来千香子、永島敏行、井上純一、遠野なぎこ ほか（予定）

チケット販売／11月開始予定

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により、公演が延期または中止、および上記内容が変更になる場合があります。



### あらすじ

とある町の、大きな傘工場の経営者夫人シュザンヌは、メイドもいる専業主婦。家事も仕事もしなくて良い、と夫に言われる“お飾りの妻”となっていました。そんな時、独善的な夫が、傘工場のストライキで軟禁状態になってしまう。そこでシュザンヌは従業員に語りかけ、喝采を受けることに。そして…

## 第14期ナカシベツ大学講座のご案内

### 『シマフクロウのための生育環境作り —保護の次のステップに向けて—』

シマフクロウは絶滅寸前の状況から、地道な保護活動により、近年少しずつ生息数が増えてきています。今後の保護を考える上で、生息環境のクオリティを上げることが重要で、地域の産業と共存しながら進める保護について、お話しいただきます。



と き／10月29日(木) 19時開始

ところ／しるべつ 第2研修室  
またはコミュニティホール

講師／シマフクロウ環境研究会  
代表 竹中 健 氏

申込方法／しるべつと窓口、または電話（☎73-1131）で申し込みください。

聴講料／1,000円

## コロナに負けるな！ しるべつと学園

### 「こどもアトリエ」

～ みんなで大きな作品を作り上げよう♪ ～

大きな紙に描かれた絵に、筆や手足を使って色塗りができるダイナミックなアート体験です♪

と き／11月21日(土) 10時～11時30分

ところ／しるべつと コミュニティホール

対 象／3～6歳（小学校入学前）※保護者同伴

定 員／8人（先着順）

持ち物／絵の具がついてもよい服装

手や足をふくタオル3枚程度

申込先／しるべつと窓口、または電話（☎73-1131）で申し込みください。

申込期間／10月16日(金)～11月10日(火)

受講料／500円

## みんなのかわら版

### ○中標津バレエ研究所 20周年記念発表会

と き／10月10日(土) 15時開演

ところ／しるべつとホール

主 催／中標津バレエ研究所

入場  
無料

### ○中標津ボードゲーム会 平日会

と き／10月27日(火) 18時～21時45分

ところ／しるべつと 展示室

参加料／大人300円、高校生以下無料

※中学生以下は保護者同伴

主 催／中標津ボードゲーム会

問合先／村山（☎090-9083-0458）

### ○第7回戸田舞ピアノ教室発表会

と き／11月1日(日) 13時30分開演

ところ／しるべつとホール

主 催／戸田舞ピアノ教室

※入場者を制限する場合があります。

入場  
無料

※問い合わせは、しるべつと（☎73-1131）へ

※都合により、日程・会場などが変更になる場合があります。

### ○しれとこ模型愛好会 第1回中標津展示会

と き／11月1日(日) 10時～15時

ところ／しるべつと 展示室

内 容／プラモデル、ペーパークラフトなどを  
展示します。

主 催／しれとこ模型愛好会

入場  
無料

### ○歯の健康フェア～図画・ポスター展

と き／11月4日(水) 9時30分～

9日(月) 16時

ところ／しるべつと ギャラリー廊下

主 催／中標津町、中標津町教育委員会、釧路  
歯科医師会

### 令和2年度 釧根地区公民館共同事業

### 二科会写真部北海道支部 写真移動展

と き／10月24日(土)～28日(水)

ところ／しるべつと

町民ホール・ギャラリー廊下

主 催／北海道公民館協会釧根支部

# 文化会館のオープンから25年

## ～今も大いに役立っている寄贈品～

しるべっと（中標津町総合文化会館）は、今年で開館から25年目を迎えました。館内で開館以来使い続けている備品は数多くありますが、今回は中標津町総合文化会館寄付協賛会から寄贈された美術品について紹介します。

寄付協賛会はオープンの2年前に町の経済界を中心とした有志により設立され、文化会館を文化の殿堂として充実した施設にしようと企業や個人からの募金活動に取り組みました。

その結果、しるべっとホールのどん帳をはじめとする、計10点、総額約1億620万円相当の物品と美術品を寄贈いただきました。

今も演奏会で使用されているピアノ2台や、ギャラリー廊下に展示されている美術品3点（絵画2点：佐々木友幸さん、西川孝さん、壁掛け1点：杉山留美子さん）も、この時の寄贈品です。寄贈品の規模から、当時のしるべっとに対する町民の期待と喜びの大きさが感じられます。

寄贈品の多くは、今も町の文化活動の場で活躍し、また利用者の心を和ませてくれています。25年の節目を迎え、改めて関係各位の皆さまに感謝を申し上げます。

### ～訂正とお詫び～

当時の「中標津町総合文化会館寄付協賛会の事業報告書」に、「美術品2点10,088,470円」とあるのは「美術品3点」、「壁掛け300,000円」とあるのは「額縁」の誤りでした。

作者の皆さまには、大変ご迷惑をおかけいたしました。ここに深くお詫びし訂正させていただきます。



## 学校行事だより

### 体育祭

- ・中学校  
広陵……………10月9日(金)

### 文化祭

- ・高校  
中標津農業……………10月28日(水)～29日(木)

### 修学旅行

- ・小学校  
丸山……………10月9日(金)～10日(土)  
中標津……………10月15日(木)～16日(金)

### その他

- ・幼稚園  
愛光「表現活動参観日」……11月3日(火・祝)



### 編集後記

▼「読書の秋」を迎えました。私は月2冊ペースで読んでいますが、読書から得られるものとはなんなのでしょう？  
ハウツー本からは「実用性」を、小説からは「疑似体験」を得られると私は思います。すぐにではありませんが、人間性に深みが出るのではないのでしょうか。  
読書は言うならば「自己投資」とも言えるでしょう。読んで得た知識を「知識」のままにせず、「実践」してこそ意味がありますね。  
(佐々木)

### 各生涯学習施設休館日のお知らせ

10月5日～11月5日

しるべっと（総合文化会館）・図書館・各体育施設・交流センターの休館日は、10月5日(月)・19日(月)、11月2日(月)です。原則、毎月第1・第3月曜日が休館日です。

郷土館は当面の間、土・日・祝日を休館日とします。本来の休館日設定とは異なりますのでお気を付けください。