

日野町公民館だより

編集 日野町公民館 〒689-5131 日野町黒坂1243番地1
電話：74-0212 FAX：74-0105
E-mail：kouminkan@town.hino.tottori.jp

暮らしの中に笑いを取り入れて 第3回おしどり学園

6月22日、第3回おしどり学園を町公民館で開きました。今回のテーマは健康づくり。「楽しいが笑顔をつくる」と題し、鳥取県西部レクリエーション協会の安田智さんが実技をまじえながら講演されました。

安田さんは、「レクリエーション活動を通じて、楽しさやふれあいを体験していただくことで、心身の健康づくり、人間性豊かな人づくりにいきいきとしたまちづくりに貢献します」と話し、「レクリエーションとは、仕事や勉強などの疲れを、休養や娯楽に



安田さん（写真中央）の指導で楽しくレクリエーション

よって精神的、肉体的に回復すること。また、そのために「休養や娯楽のことです」、「だれもが年をとると筋力が落ちるので骨折に気をつける。歯は大切で歯周病対策に歯磨きをすること。脳に刺激を与えるために、指先を使うことで脳と体が一体的になる事が必要。さらに、「笑う」ことが元気のもとになるので、日ごろから、家庭・地域・職場などでもおおいに笑うこと。また、日ごろから楽しいと思えるようにすることが大事」と話されました。学園生も簡単な実技をしながら、おおいに笑い、楽しみました。

▼第5回おしどり学園

患者が少しずつ増えてきている結核の原因や健康づくりについての講演を行います。講演にはおしどり学園生以外の方も参加できますのでお誘いあわせお出かけください。
▼日時：8月17日（金）午前9時30分
▼場所：町公民館
▼内容：結核予防と健康づくり
▼講師：日野保健所長 大城陽子さん
▼その他：おしどり学園は途中からでも加入できます。詳しくは町公民館へ。

生活体験合宿を行います

まちでは、家から離れて自分ができること、集団の中で互いの立場や役割を理解し、子どもたちが協力し合って、より良い生活を送れる力を育てるため、生活体験合宿を行います。

▼日時	7月31日（火） 8月3日（金） 3泊4日
▼場所	町公民館
▼活動内容	集団宿泊活動、学習活動、交流活動
▼対象	町内の小学4・5・6年生の希望者
▼定員	25人
▼問合せ	町教育委員会（電話72-2107）

夏休みは町公民館へ。

小学生 ふるさと教室

町内には豊かな自然と、昔を伝える貴重な文化財や史跡が多く残っています。
貴重な資産を自分の目で見て、身体で感じて歴史や産業について学ぶためにふるさと教室を開きます。

▼日時	8月23日（木） 午前8時30分～ 午後4時
▼場所	町公民館
▼学習内容	黒坂地区（鏡山城跡、泉龍寺など）
▼対象	町内の小学5・6年生
▼問合せ	町公民館 電話74-0212

子どもの「食」と健康 第2回

■食育とは

生きるうえでの基本であり、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの。様々な経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることとされています。

近年、子どもの朝食の欠食率は、朝食をほとんどとっていない児童の推移では、小学生（5年生）で平成7年度は2・7割だったものが平成12年度では4・1割に増加しています。

欠食の主な理由は「時間がいないから」が46・9割、「食欲がないから」が33・7割となっています。（平成12年度の資料は独立行政法人日本スポーツ振興センター「児童生徒の食生活等実態調査より」）

食をめぐる現状は、肥満や生活習慣病の増加、栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加、「食」の安全上の問題の発生、過度の痩身志向、「食」を大切にする心の欠如、「食」の海外への依

存 伝統ある食文化の喪失などさまざまです。

将来の地域を支える子どもたちの「食」について、私たちも考えていきましょう。

参加しませんか
「元気になる朝食づくり」

朝食は健康のもとです。欠食すれば学校や職場で「元気がない。ものごとに集中できない。」などの人が増え、問題になります。朝食をしつかりとって、元気で良い一日を過ごすため、簡単にできる朝食をつくります。

▼日時 8月26日（日）
午前11時30分

▼場所 町公民館

▼内容 元気になる朝食づくり

▼参加費 無料

▼対象 黒坂小学校の児童と家族

▼主催 明るい食生活黒坂グループ

▼共催 町公民館
町公民館（電話740212）

■町公民館図書室より

このたび、町図書館より図書を借り受け、小説など約200冊を入れ替えしましたので、手続きのうえご自由にご覧ください

■投稿募集

読者の皆さんの投稿をお待ちしています。教育問題、生涯学習、子育て、環境問題、スポーツに関すること、風物、趣味の紹介など、なんでもかまいません。

▼字数 400字程度 ▼形態 住所、氏名、年齢、電話番号を明記のうえ、手紙またはハガキでお送りください ▼送り先 〒689-5131 日野町黒坂124-3 1 日野町公民館「公民館だより」係

黒坂社会体育館の松を せん定していただきました

6月24日、町盆栽研究会の4人の会員の皆さんが、ボランティアで黒坂社会体育館前の松のせん定をされ、すっきりときれいになりました。ありがとうございました。



■黒坂4区自治会から備品を寄贈

このたび、町公民館に黒坂4区自治会（住田寛自治会長）から、所有されていた備品（座机、茶碗、汁わん、皿、ガラスコップなど）を多く寄贈いただきました。ありがとうございました。

日野町地域防犯・ 生活安全パトロール協議会

【会員募集中】

現在、55人で活動しています。会員になっていただける方は、協議会事務局（町公民館74-0212）までご連絡ください。



ロビー展のお知らせ

さつき・盆栽研究会作品展

7月27日（金）まで開催中

人権啓発パネル展

8月1日（水）～9日（木）

展示場所 町公民館ロビー

展示時間 午前8時30分～午後5時30分

○ロビー展出展者募集○

町公民館ではロビー展出展者を募集しています。出展を希望される方は、町公民館（電話74-0212）までご連絡ください。