

教育委員会だより



親子で楽しむ絵本の読み聞かせ



日頃の成果が花開く芸能発表会!

芸術あり、文化あり、町民文化祭が行われました。

10月27日(金)から10月29日(日)にかけて上ノ国町文化協会(共催・教育委員会)による町民文化祭が開催されました。

今年の町民文化祭は、各種体験や取り組みを織り交ぜ、より多くの方が参加できるよう工夫し、実施しました。

新たに、日本酒「天河のめぐみ」利き酒会(参加者:20名)やカフェコーナー「チャミセ」の出店、親子で戦国メシ体験(参加者:15名)、災害力レーの試食会(参加者:60名)など食文化の理解を深める取り組みを行いました。また、「もこもこ」さんによる絵本の読み聞かせや歴史文化体験として戦国オリ



大人の食文化体験「天河のめぐみ」利き酒会



伝統食の味と技を教わります。親子で戦国メン体験

ンピック(参加者:40名)などの親子で楽しめる体験も取り入れました。

コロナ禍で3年間実施を見送られてきた芸能発表会(入場者:160名)が行われ、多くの個人・団体がこの日のために練習した成果を披露しました。

本年度の取り組みは、これまでの芸術文化に加えて、歴史文化や食文化の体験を行うなど新たな試みを実施しました。

その結果、町内作品展示(入場者:450名)の来場者も大幅に増加し、幅広い年齢層が楽しく参加することができました。今後このような取り組みを引き続き行っていく予定です。

北海道コンサドーレ札幌スポーツデー in 上ノ国



食事が健康を支えることを学びました。

10月22日(日)、上ノ国町総合福祉センターと上ノ国町スポーツセンターにおいて町民の運動機会の拡大及び健康増進を目的に、北海道コンサドーレ札幌と連携し、江差町・上ノ国町合同による町民向けセミナーを開催しました。

当日は、食育セミナーに35名、基礎トレーニングセミナーに37名の上ノ国町・江差町民が参加されました。

食育セミナーでは、「運動と健康に必要な栄養素の正しい知識を学ぼう」と題し、講義が行われました。講義の内容は、日頃の食事から摂れる栄養素や運動をする人にはどんな食事が必要か、また、プロスポーツ選手が



毎日継続できる運動で健康に!

実際に食べている食事を動画で紹介し、選手たちがどのような食事をしているか知ることができました。

基礎トレーニングセミナーでは、「全身運動や体幹を鍛える筋トレやストレッチで体を動かそう」と題し、実際にトレーニングを行いながらの講義となりました。一般的に知られているトレーニングでしたが、講師の指導により正しい姿勢や効率的に筋力をつけることを学び、普段からトレーニングを行っている人も、運動不足な人も満足の出来る内容でした。今後もコンサドーレ札幌と連携しながら、町民皆様の運動機会の拡大と健康増進に貢献していきます。

