

西部地区冬季健康づくり教室 ポッチャでいい汗

3月までの毎週水曜に輪厚児童体育館で、冬季健康づくり教室が行われています。市教委主催の室内ゴロツケー場開放に合わせて、健康講座などの催しを加えようと西部地区生涯学習振興会が企画しました。1月8日はポッチャを行いました。赤と青のボールをそれぞれ6球ずつ投げるなどして、いかに的に近付けるかを競います。参加者はボールが狙った場所に転がると歓声をあげ、夢中で楽しみました。



寺島百合子さんは「冬はあまり外出しないので、良い運動になりました」と笑顔でした。

かがやけ大曲事業・3Dアートクラフト かわいい芸術の世界に夢中

1月8日、大曲会館で工作教室が行われ、冬休みも元気な21人の子どもたちが集まりました。



切り抜いた絵にシリコンを挟んで重ねていくと、あら不思議！立体的に見える3Dの絵が完成です。花柄の絵を選んだ女子児童2人は、「だんだん立体的になってきて楽しいね」と仲良く作品を見せ合います。講師の渡辺のり子さんは、「見たことのないものを作る楽しさを、子どもたちに味わってほしいです」と熱心に指導。車の絵を選んだ男子児童は「僕の車、かっていいでしょ？」とご満悦でした。

子連れヨガサークル@西の里 ストレス発散できました



1月9日、子育て支援センターどんぐりでヨガの体験会が開催されました。

参加したのはお母さん9人と、赤ちゃんから年長までの子どもたち。お母さんが呼吸に合わせて、伸び伸びと体を動かしている間、子どもたちはおもちゃなどで遊びます。

参加者は「こういう機会でもないとなかなか外に出られないので、子連れヨガはありがたいです。また参加したいです」と、気持ちのいい汗をかいた様子。

運動不足やストレスの解消に役に立ったかな？

平成26年・成人式 若者の門出を祝って

淡雪の舞う1月12日。芸術文化ホールで成人式が行われました。市内の今年の新成人は、602人でした。

友人との再会に、「変わっていないね。元気だった？」と話が弾みます。「小さいころから野球を続けていて、プロ野球選手を目指して大学で練習しています」「看護師と助産師になるために勉強中です」と目標を話す参加者。ダンスパフォーマンスに会場が一体となって



参加する場面も。新成人の晴れやかな表情が印象的でした。

力強く道を切り開き、未来が素晴らしいものになりますように。

*本紙は資源保護のため100%再生紙を使用しています。

北広島 2014 (平成26年) .2.1
通巻967号

編集 NPO法人ひろがり・北広島市情報推進課
発行 北広島市
〒061-1192 北海道北広島市中央4丁目2番地1
☎011 (372) 3311 (代) / FAX 011 (372) 0840
✉koho@city.kitahiroshima.hokkaido.jp

今月の表紙

勇ましい掛け声とともに
繰り出す竹刀！
北広島剣道連盟が主催する
毎年恒例の元旦稽古会が
行われました。市内を始め、
道内各地から100人以上
の剣士が集まり、大人も子
どもも先生や恩師を相手に
剣道の稽古をします。
新年最初の行事です。気
持ちと体が、シャキッと引
き締まる思いがしました。
今年1年、皆さんが健康
に過ごせますように。