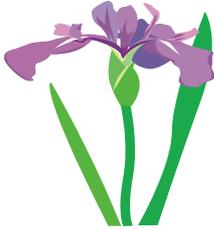




《20. 5. 26 第145号》

健民運動 かわら版



発行:石川県健民運動推進本部
金沢市鞍月1丁目1番地
県民文化局県民生活課内
TEL 076-225-1388

(URL)<http://www.pref.ishikawa.jp/seikatu/kouryu>

(E-mail)kenmin-i@pref.ishikawa.lg.jp

～毎月第3日曜日は家庭の日です。家族とのふれあいを大切にしましょう～

◇ 鼓 動

「青少年育成アドバイザーの取り組み」

石川県青少年育成アドバイザー協会 副会長 佐野 郁雄

◇平成 20 年度健民運動推進本部表彰式・本部会開催

- ・永年功労者に村田・宮保の両氏、優秀実践活動表彰に6団体、23名を表彰
- ・平成20年度健民運動本部会開催



本部長谷本正憲知事から優秀実践活動を受賞される団体の皆さん

◇健康体がつく活動の推進

- ・第15回能登地区健康クラブ交歓大会開催
- ・第9回加賀地区健康クラブ交歓大会開催
- ・平成20年度親子白山登山のつどい
- ・健民運動健康体づくり出前講座

◇環境・文化活動の推進

- ・小学校でツバメ学習会開催
- ・第44回花いっぱいコンクールの開催実施要項
- ・花を育てるあなたに贈るメッセージ
- ・「健民桜名所作り運動」平成20年度桜苗木配付要領

◇健民運動紹介・奨励コーナー

- ・歩こう会定期総会で功労者表彰
- ・第102回小坂校下歩こう会発足記念ウォーク

◇県民ボランティアセンターだより

◇健民運動カレンダー

◇ 薫 風

「いしかわ子ども交流センターのスタート」

いしかわ子ども交流センター センター長 谷内 厚子



加賀地区健康クラブ交歓大会
合唱の様子

鼓 動



青少年育成アドバイザーの取り組み

石川県青少年育成アドバイザー協会 副会長 佐野 郁雄

石川県青少年育成アドバイザー協会は、青少年育成国民会議の「青少年指導者のための通信教育」受講者を中心に結成され、会員は、推進指導員、PTA、子ども会、電話相談員、町内会、公民館、児童館、障害者福祉施設、育成施設、野外活動指導員、防犯安全委員、高齢者アドバイザーなどに関わる方から、子育てに役立てばと受講した方など様々です。

活動内容は会員の情報交換と勉強会を中心に、主催事業、委託事業を行って、一時金沢地区で別活動を行っていた時期もありましたが、今は県協会一本で活動しています。

昨年はワークショップ(体験型学習講座)におけるファシリテーター(促進者)について、研修を重ねました。ファシリテーターは、参加者の学びが促進されるように、適切な援助をしながらグループの状況を整える役割で、参加者の気づきや感じたことを引き出し明確化しながら、参加者が主体的な学び方を身につけていく手伝いをします。

今のはやりかもしれませんが、ワークショップを一度体験してみてください、旨く運べばより多くの参加者が、体験による気づきをわかちあい、その理解から学びを深め、次への行動に生かせるでしょう。

今後は青少年の置かれている環境と傾向の調査、各種団体の隙間を埋め、連携していく手伝いなど、会員の資質を生かした活動を行っていく予定です。

挿絵は初代会長栗森仁兵衛氏のもので「さえずりの 烈し子雀 もう巣立」と一句添えられています。

平成 20 年度 石川県健民運動推進本部表彰式・本部会開催

平成 20 年 5 月 13 日（火）午前 10 時より県庁 1105 会議室に本部長の谷本知事を迎え、健民運動本部表彰及び本部会が開催されました。



表彰式では本部長が永年功労者 2 名、優秀実践活動団体 6 団体、優秀実践活動個人 23 名に賞状と記念品を手渡すとともに受賞者に労いの言葉をかけられた。

その後、受賞者を代表し、永年功労者として受賞された村田信親氏（健民運動推進本部副本部長）が謝辞を述べられました。



（平成 20 年度石川県健民運動本部長表彰受賞団体・受賞一覧）

【永年功労者表彰】 2 名

村田 信親 石川県健民運動推進本部副本部長

宮保 喜一 石川県レクリエーション協会副会長兼理事長

【優秀実践活動表彰（団体）】 6 団体

穴水町歩こう会

穴水町健康クラブ

小松市音楽協会

クラフト与母木

金沢工業大学ユースホステルサークル

石川県青少年育成アドバイザー協会

【優秀実践活動表彰（個人）】 23 名

和田賢次郎 沼田 裕之 紀伊 正勝 木津千鶴子 山森 義之 太田 章子

桑島 文夫 村西 光男 松井 邦夫 畑中 勝 作田 理有 山本 流光

角谷 一之 藤本 旭舟 上田 泰治 高野 珠重 受川 則子 前田外美江

村本佐代子 長谷川弘洋 芝田 信栄 下出 紀子 南 祐貴子

本部会では、谷本正憲本部長が開会に先立ち、能登半島地震の復興が順調に進んでいること、また健民運動は県民の皆さんの一人一人の活動によって推進されるので、今後も健康で豊かな県民の育成に向け共に頑張っていきたいと思いますと挨拶された。

その後、村田副本部長が議長として選出され、本部員 43 名参加のもと、平成 19 年度事業報告・決算、平成 20 年度事業計画・予算の審議が行われ、原案通り可決・決定された。

今年度の事業については、随時ご案内いたします。



健康体力づくり活動の推進



◇第15回能登地区健康クラブ交歓大会開催

5月14日（水）午前10時よりかほく市河北台健民体育館にて1,400名を超える参加者のもと、堂々の入場行進が行われ、開会式が実施された。



開会式後は、全員が体育館いっばいに広がり全員が「健民さわやか体操」で体をほぐし、「浜千鳥」「知床旅情」を合唱し、豊かな歌声が館内に清々しく響きわたった。その後は、総踊りがあり、17プログラムが元気に発表された。



◇第9回加賀地区健康クラブ交歓大会開催

5月23日（金）午前10時30分より1,140名を超える各地区からの参加者が加賀市スポーツセンターに集い交歓会が実施された。



全体活動は、山中さわやか健康クラブの中沢静子さんの指揮で「高原列車は行く・になって」の合唱の後、健民さわやか体操、全体踊りと続いた。



◇平成20年度



- 1 趣 旨 白山登山をとおして、親子の絆を深めるとともに、自然に親しむ。
- 2 主 催 石川県健民運動推進本部
金沢ナカオ山岳会
- 3 期 日 平成20年7月25日（金）～26日（土）
- 4 対 象 県内在住の小・中学生（小学4年生以上）
とその保護者（父母に限る）
- 5 定 員 50名（定員に達し次第締め切ります）
- 6 費 用 小・中学生 6,300円
大人 7,500円

◇健民運動健康体力づくり出前講座

この事業は、実施団体の要請を受け、石川県健民運動推進本部が指導者を派遣し、実施団体が用意した会場で開催する講座です。

開催費用は無料です。（会場使用料は除く）



健康・体力づくりには、エクササイズ（運動）が欠かせないことは言うまでもありません。しかし、これまでは、単に「エクササイズの仕方や方法」を学ぶ（身につける）だけではないでしょうか。

エクササイズは、各自の健康体力づくりの目的のために行いますが、その効果を高めるためには、実施上の留意点を知る必要があります。例えば、同じエクササイズであっても、回数（時間）や強度（負荷）によって筋力系にも持久系にもなります。また、週当たりの実施頻度も大切な要素です。

本講座では、これらのことを学習し、自らのエクササイズをプロデュース（制作）できるようになり、自らの健康体力づくりの効果を上げ、将来にわたり健康であるために開催します。

時間配分	内 容	基本的な内容	備 考
30分～ 40分	講 義 （お話）	自らのエクササイズをプロデュースする ①なぜ運動が必要なのか 体力の要素とは ②いしかわ健康バランスガイド身体活動編 講師：石川県健民運動推進本部 書記 森 周一	講座内容の詳細については、下記の点について実施団体と相談し、参加者の意向や願いを講座内容に反映するようにします。 ○実施団体の意向 ○参加者の実態 など
40分～ 60分	実 技	各種エクササイズの実施方法 ①持久系、筋力系、ストレッチ系エクササイズ ②身近なものを利用した各系のエクササイズ 講師：石川県レクリエーション協会指導員	

*平成20年2月7日開催の「高齢者健康体力づくり指導者講習会」の研修内容を基本とします。

開催にあたり	1) 実施団体は、市町、各種団体、サークル、グループ等とします。（1団体1回） 2) 開催日は平日の日中とします。土・日、祝日、夜間等に開催希望の場合はご相談ください。 3) 会場の確保をお願いします。（会場使用料等は実施団体でご負担ください。） 4) 指導の内容をいきわたらせるために、概ね150人以下の参加者とします。 5) 主催者、講師の都合で、開催日時等ご希望にこたえられない場合があります。
--------	--

環境・文化活動の推進



◇ツバメ学習会始まる

今年もツバメの知識を深めるため、ツバメ学習会が始まりました。

- 5月7日 木曳野小学校（金沢市）
- 5月1日 向洋小学校（穴水町）
- 5月8日 清湖小学校（内灘町）
- 5月9日 山中小学校（加賀市）



1時間のツバメ学習会の後、山中小学校では質問コーナーがありました。

学習会後の質問コーナーではたくさんの質問が出ました。

みんなは、インターネットで一度ツバメについて勉強してからツバメ学習会に臨んだそうです。

- ・ツバメが来る家は幸せになるといいますが、どうしてですか。
- ・雨が降りそうなときはツバメが低く飛ぶのは何故ですか？
- ・ツバメの色が黒、赤、白なのはどうしてですか？



・ツバメのヒナが地面に落ちていたときはどうしたらいいのですか？

ヒナが落ちた状況によって変わります。

Q 巣のあった場所で、カラスやネコなどの被害で落ちた場合。

A すぐに、カップ麺などの容器にヒナを移して、できるだけ巣があった近くにつるしてください。そうすれば親は巣がかわっていてもヒナを育てます。

Q 巣がない場所で、カラスなどに襲われて、ヒナだけ落ちていた場合。

A 決して自宅や学校に連れて帰らずに、できるだけ近くのツバメの巣に入れてやってください。親は、自分の子どもでなくても元気なヒナなら、自分の子どもと同じように育てます。

Q 巣があって、親もいるのに、巣の下に落ちていた場合。

A 親が、理由があって子どもを落とした可能性があります。ダニに寄生されていて、この子どもが巣にいると他のヒナも感染してしまい、危険な場合などです。1度は、巣にもどしてあげてみてください。すぐにまた、巣の下に落とされている場合は自然の摂理とあきらめましょう。

こうしてあげて！

今年も愛鳥週間に合わせて、「第37回ふるさとのツバメ調査」が実施されました。

5月16日 味噌蔵町小学校（金沢市）

ツバメの巣が、納屋や車庫にあると理解した児童は、積極的にツバメが巣をつくりそうな場所を探して、巣をみつけては、家に人にインタビューして、調査票を入力していた。ガソリンスタンドで4羽のヒナをみつけた児童たちは、「こんなところにツバメがいたなんて知らなかった。古巣もたくさん

あるね。」と話し、店主の快諾のもと、窓ガラスにシールを貼らせてもらっていた。他に、高架橋の下の、コシアカツバメの古巣、中学校の体育館の壁にイワツバメの古巣もみつけていた。



木村先生による
オリエンテーション



◇第44回花いっぱいコンクールの開催実施要領

心豊かな生活環境づくりを推進する運動の一環として、石川県民の手づくりによる花いっぱい運動が全県くまなく広がることを願い、花いっぱいコンクールを実施します。

主 催 石川県健民運動推進本部 石川花の会

後 援 石川県教育委員会 北陸中日新聞 石川テレビ放送

対象花壇 夏秋花壇（プランターや鉢を使った移動花壇も含みます。）
このコンクールは、どのような形式の花壇であっても、行き交う人々の心をなごませてくれる「花いっぱい」であるものを募集します。

募集部門 A 個人部 B 幼少年部
C 小学校部 D 中学校部 E 高等学校部
F 一般部（50坪以上：165㎡以上）
G 一般部（49坪～10坪：164～33㎡）
H 一般部（9坪以下：32㎡以下）

審査方法 現地審査と総合審査
審査員が現地に赴き、現地で採点したのち、全審査員による総合審査を経て、部門別に賞を決定します。

表彰 8つの部門別に、優秀賞、奨励賞を授与します。また、優秀賞の中で特に優れている花壇は、最優秀賞を授与します。

表彰式 11月16日（日）に開催の「花いっぱいのつどい」で行います。
各部門の最優秀賞受賞者・団体の方は、つどいの席上で花づくりの体験発表のご協力をお願いします。

締め切り 平成20年8月22日（金）（必着）

その他 ○応募者、応募団体に、審査員の寸評を記した記録集を進呈いたします。
記録集の内容例（今後の花づくりの参考にしてください）
○応募があった花壇の写真をパネル（A4版）にして進呈いたします。
○コンクールの賞に関わらず、気軽にご応募ください。

第43回（平成19年度）花いっぱいコンクール最優秀花壇



白山市立鶴来中学校



中能登町立鹿島中学校

◇花を育てるあなたに贈るメッセージ

心が癒される花々 目を楽しませてくれる花々 沈んだ気持ちが元気になる花々
そんな花々と出会った時の気持ちをメッセージにし、写真に添えて伝えます。

花を育てるあなたに贈るメッセージ



郷里に帰省して庭作りを始めました。
自分の楽しみだけでなく、地域の方々にも
気軽に見て頂けます様にウェルカムボード
を出してオープンにしております。
休んで頂ける様にイスも置きました。
すべて手作りです。
花を通じてお友達も出来、地域の多くの
方々とも交流が出来て喜んでおります。
グループで切り花を、公共施設に届ける
ボランティアも楽しんでおります。
小さな花庭が、心豊かにしてくれます。

石川県 石川県健民運動推進本部 石川花の会
花々を見た方の気持ちと、花を育てる方の気持ちを伝え、花を慈しむ心を育てます

花壇の写真とメッセージを募集します

応募方法

- 花の写真（1枚）にメッセージを添え、当本部へお送りください。
- 応募者と花壇所有者のお名前、ご住所、連絡先電話を明記してください。
- 締め切り：平成20年10月31日（金）
ご留意いただくこと
- 写真はデジカメ、フィルム写真どちらでもけっこうです。
- デジカメの場合は、電子メールで応募されてもけっこうですが、画像ファイルの容量は、2MB以内でお送りください。メッセージ内容は、簡潔に100字以内でお願いします。
- ご応募いただいた写真とメッセージは、左のように写真パネル（A4版カラー）にします。
- 写真パネルは、後日、応募者の方にさしあげます。また、当本部主催の花いっぱい運動で掲示いたします。
- 花壇の写真は、花壇所有者に断ってお撮りください。

花々を見た方の気持ちと花を作る方の気持ちを互いに伝え、花を慈しむ心を育てます。

◇「健民桜名所作り運動」

平成20年度桜苗木配付要領



- 1 趣 旨 健民運動30周年記念事業として、平成6年度から10万本以上の桜植樹を目標に、県内各地に桜苗木を配付することにより、地域における桜の新名所づくりと、桜の美しい石川県づくりを県民総ぐるみで推進します。
- 2 配付対象 市町、地域団体、各種団体、学校、公民館、公的施設等のほか一般県民及び企業も対象とします。
- 3 配付時期 桜苗木植樹適正時期の11月下旬
※ 地域の事情（例 植樹祭開催）により、若干の変更は考慮しますので事前にご相談ください。
- 4 申込期限 平成20年7月31日（木）（期限厳守）
- 5 その他 樹木の特長等については、当本部のホームページを参考にしてください。植樹後に提出いただいた報告書、写真は当本部のホームページや情報誌、イベントにて掲載又は、展示し、桜の名所について周知するために使用する予定です。

健民運動紹介・奨励コーナー

□ 石川県歩こう会連絡協議会第12回定期総会・第5回功労者表彰開催

平成20年5月10日（土）午前10時より
七尾市の矢田郷公民館において県内各地の
歩こう会の役員の方々が参集し、はじめに
特別功労者表彰1名、功労者表彰7名、感謝
状7名の表彰式、その後定期総会が実施され
ました。



第102回

小坂校下歩こう会発足記念ウォーク

このたび、石川県健民推進運動本部（本部長 谷本正憲）や「石川県歩こう会連絡協議会」の指導の下で【小坂校下歩こう会】が発足することになりました。小坂校下のみなさんと一緒に「楽しく」「がやがや」「ざわざわ」と歩くことにより、心と身体の健康づくりを目指すとともに、会員相互の親睦を深めて行くことを目的にしています。

古い歴史と伝統を持った「加賀野菜のれんこんの地」の小坂校下の見どころをたっぷりとお見せ致します。みなさまの多数のご参加を・・・

記

日 時	平成6月15日（日）小雨決行
集合場所	J A金沢市農協 小坂支店（駐車所有り）
受付	午前 8時30分から
開会式	午前 8時50分
出発	午前 9時00分
閉会式	午前11時頃の予定
参加費	200円



* アクセス

バス バス停「小坂中」にて下車（北陸鉄道、JR西日本鉄道共に）

電車時刻 JR東金沢にて下車

	「上り」	「下り」
到着	8時45分 8時55分	8時18分 8時41分
出発	11時12分 12時04分	11時02分 11時39分

*コース（約6km）（当日道路事情によって一部コースが変更となる場合があります。）

J R金沢市小坂支店 → 野間神社 → 星稜高校（トイレ休憩） → 加茂神社
武内酒造酒蔵見学 → 児安神社 → J A金沢市小坂支店

主催 石川県歩こう会連絡協議会、小坂校下歩こう会
後援 石川県健民運動推進本部、北国新聞社
協力 干坂公民館歩こう会、森山校下歩こう会

県民ボランティアセンターだより



こめ収集物（5月分）

<使用済み切手>

石川県女性センター、石川県埋蔵文化財センター、医療対策課、金沢県税事務所
県民交流課、厚生政策課、砂防課、しいの会、総務課、農業安全課

計 10 件

ご協力ありがとうございました。

ご提供いただきました使用済み切手、書き損じはがきにつきましては、さまざまな支援を必要としている人々に役立てていただいております。ぜひお寄せください。

* ひとつこと *

吹く風に初夏のすがすがしさを感じる昨今、体調管理が難しい時期ですが、
お体に気をつけて、楽しくボランティアをしてください。

（財）石川県県民ボランティアセンター

〒920-0962

金沢市広坂2丁目1番1号 石川県広坂庁舎2号館2階

tel:076-223-9558 fax:076-223-9559

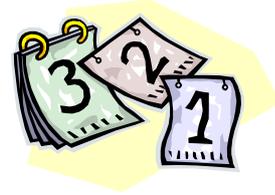
e-mail:e130500a@pref.ishikawa.lg.jp

前ページの健民運動紹介・奨励コーナーで、紹介した「歩こう会」のように
各組織の紹介や募集案内を載せてみては、いかがですか？

（ただし、全県規模の内容をものです。）



6月の健民運動カレンダー



- 6 / 8 (日) 9:00～
第 57 回金沢百万石まつり協賛 百万石杯親善ゲートボール大会
於：健民スポレクプラザ 主催：金沢市ゲートボール協会
- 6 / 8 (日) 9:00～
第 28 回羽咋郡市ゲートボール大会
於：休暇村能登千里浜 主催：羽咋市ゲートボール協会
- 6 / 28 (土) 14:00～ 6 / 29 (日)
平成 20 年度ホステリングインストラクター養成講習会
於：金沢ユースホテル 主催：(財)石川県ユースホテル協会
- 6 / 22 (日) 9:00～
平成 20 年度ホステリングインストラクター養成講習会（救急法講習会）
於：金沢ユースホテル 主催：(財)石川県ユースホテル協会
ホステリングインストラクター養成講習会参加者は必ず受講
※ 予備日（6月7日(土)9:00～ 於：金沢中央消防署）

第 17 回石川県スポーツ・レクリエーション祭に参加しましょう！

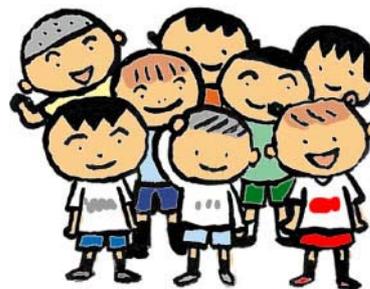
6月開催の種目と開催市町・日程・会場一覧

	開催市町	大会名	主管団体	期日	曜	会場
1	金沢市	壮年サッカー大会	県サッカー協会	6/8	日	二日市多目的広場
2		女子ソフトボール大会	県ソフトボール協会	6/8	日	北部公園ソフトボール場
3		壮年ボウリング大会	県ボウリング連盟	6/8 6/22	日 日	加賀会場 ジャンボボール 能登会場 クアトロブーム
4		ゲートボール大会	県ゲートボール協会	6/15	日	健民スポレクプラザ
5		スポーツチャンバラ大会	県スポーツチャンバラ協会	6/15	日	鳴和台市民体育会館
6		中高年フォークダンスフェスティバル	県フォークダンス連盟	6/19	木	いしかわ総合スポーツセンター
15	川北町	グランドヤード大会	日本グランドヤード協会石川本部	6/29	日	サンアリーナ川北
16	志賀町	ユニホック大会	県ユニホック協会	6/15	日	富来勤労者体育センター
18	かほく市	ラージボール卓球大会	県卓球連盟	6/8	日	かほく市河北台健民体育館
23	能美市	遊歩ラリー大会	県レクリエーション協会	6/8	日	能美市内

【本部事業】

- 6 / 17 (火) 9:30～
平成 20 年度石川県健康クラブ普及育成研修会
於：いしかわ総合スポーツセンター

薫風



いしかわ子ども交流センターのスタート

いしかわ子ども交流センター センター長 谷内 厚子

4月5日県立中央児童会館が改修工事を終え、リニューアルオープンしました。

名称も「いしかわ子ども交流センター」に変わり、5月5日には知事が臨席し、開館記念式典が行われました。

これまでの子どもの健全育成機能に加え、「子育て支援」「若者の自立に向けた支援」「子どもの権利擁護支援」等の機能を付加し、センターの展示に関しては、民間企業や大学と連携をして展開いくこととなります。近年、いじめや虐待、不審者の出没など子どもたちを取り巻く環境は極めて深刻であり、児童館の役割は大変重要になっています。しかし残念ながら一方では財政難等の理由により、運営に苦勞しているのも事実です。

新しくスタートした「いしかわ子ども交流センター」の運営は、(財)いしかわ子育て支援財団と連携し、青少年の健全育成事業や建物等の管理に関する業務を委託することになります。これからは、地域の方々、学校や大学、企業、ボランティアやNPO等の様々な団体の方々との連携を一層深め、子どもたちの活動の拠点として積極的な働きかけができるようこれまで以上に交流センター職員も努力していきたいと思っています。

そして、乳幼児から高校生までの幅広い年齢層の子どもたちが気軽に安心して利用できる施設を目指したいと考えています。

子どもたちには、「いしかわ子ども交流センター」の活動を通して、たくさんの発見をし、将来の夢を大いに膨らませてもらいたいと願っています。そのためにもみんなで知恵を出し合い充実した運営を心がけていきたいと考えています。なお、県立小松児童会館及び県立七尾児童会館はいしかわ子ども交流センター小松館、七尾館として、従来どおり「子どもの健全育成」の業務を行うことになっています。

※ 健全育成とは、「身体の健康」「心の健康」「知的な適応能力」「社会的適応能力」「情操」の5つの要素をバランスよく育てていくことです。

毎月7日は「健康の日」です。
～歩くことから健康づくり、運動することを習慣にしましょう。～



毎月第3日曜日は「家庭の日」です
～ 家族とのふれあいを大切にしましょう ～