



石川県 健民運動

8月号

《27. 8. 31第232号》

かわら版



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 GO!GO! オジサンだって、まだまだ走り続けます
石川県サイクリング協会 理事長 高桑 民生
- わくわく出前講座
- 子どもドリームフェスティバルー「夢」の選考結果 ー
- 第42回太陽と緑に親しむ健民祭実行委員会
- 9月の健民運動カレンダー
- 薫風 地域社会における博物館の役割について
石川県博物館協議会 会長 嶋崎 丞
- 「あいむ」だより

鼓 動

石川県サイクリング協会

理事長 高桑 民生

GO！GO！オジサンだって、まだまだ走り続けます

自転車は、人それぞれに楽しみ方があります。私は、週末を中心に空いた時間に近くの野山をゆっくり走り、アッチコッチで一休みして美味しいものを食べたり、時には年甲斐もなくガツンと走って汗を流したりと、特別な目的もなく気の向くままにペダルをふんでいます。

春から秋は自転車イベントも多く、私も準備に忙しく走る機会も年齢とともに少なくなってきましたが、年4回のサイクリングイベントには必ず参加しています。これからは、9月のツール・ド・のと400、中部日本サイクリング大会（今年は愛知県知多半島、来年9月は石川県山中温泉で開催）、10月の五郎島いもほりサイクリング、白山一里野温泉のマウンテンバイクシリーズ石川大会などが開催予定ですが、60歳半ばを過ぎたオジサンですが県協会の皆さんと楽しく参加し、協力しています。

自転車は「環境に優しく健康に良い乗物」と言われていますが、近年走るマナーが問題視され、交通法規が改正となり「走るルール」が問われています。心にゆとりをもった安全運転で自転車ライフを楽しみましょう。

当協会も自転車の持つ素晴らしい特性が社会に根付き自転車文化が構築されることを目的に努力してまいります。

只今！会員も募集中です。



いもほりサイクリングで



サイクリングの様子



サイクリングの途中で

◇ 健康わくわく出前講座

年間40回開催予定の「健康わくわく出前講座」は、7月までに、17回開催しました。子どもから大人まで、体を動かすことの楽しさを体験していただいています。これまでにこの講座を利用して実施された健康づくりの催しのいくつかを紹介します。

○イキイキサロンハツ矢（白山市）

6月10日（水）に、ハツ矢町公民館に、37人の方が集まり、全員でリズム体操を楽しみました。皆さん終始笑顔で積極的に参加し、いろいろな方とのコミュニケーションを図る中で、心も身体も元気になっていただきました。



会場の様子

○高齢者交流会「波並お楽しみ会」（能登町）

6月23日（火）に能登町三波会館に31人の方が集まりました。講師の方の運動と身体のしくみについてのお話を皆さん興味を持って聴き、その後の体操やゲームで運動への意欲を高めていました。

主な内容は、頭の体操、認知症予防の話、タオルを使ったリズム体操やボールゲームでした。



会場の様子

○金沢市小坂小学校 1 年 3 組クラス行事

6 月 27 日（土）に、1 年 3 組の児童とその保護者や兄弟合計 60 人が集まり、「心と体のわくわくゲーム」を楽しみました。

最後まで笑顔いっぱいでした。お父さんも積極的でした。

- ・アイスブレイキング 2 種
- ・歌遊びジャンケン「手のひらを太陽に」
- ・ダンス 2 曲
- ・ゲーム「木の中の子リス」
- ・スキンシップ体操（「ひまわりの歌」でストレッチ）
- ・触れ合い遊び 2 種



講師の下川さん



会場の様子

○玉鉾地区地域サロン（金沢市）

米丸地区では、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、米丸地区まちぐるみ福祉活動推進委員会の協力を得て、玉鉾 2 丁目会館で地域サロンを開催してます。

7 月 7 日（火）の内容は、音楽に合わせて体操をする「音楽療法」でした。



手ぬぐいを使って体操



講師の指導に合わせて体操



笑顔の参加者 1



笑顔の参加者 2



推進委員会のスタッフ

○井上公民館「ゆったり体操」（津幡町）

7月15日（水）に、井上コミュニティプラザに16人の皆さんが集まり、「体に優しいストレッチ」、「筋トレ体操」、「レクリエーションゲーム」を楽しみました。参加者の方はいつも進んでこの催しに参加し、健康の増進に取り組んでいます。



講師の宮田さん



軽い体操



ストレッチ



ストレッチ



「体がよく動きます」

○神子原健康クラブ健康教室（羽咋市）

7月23日（木）、外は雨でしたが、神子原公民館に21人の皆さんが集まり、自分の体について知り、姿勢改善の体操とゲームを行いました。



講師の指導



座骨を感じる体操



笑顔の参加者



腹筋を感じる体操



足の裏の体操



神子原の棚田

公民館前の農産物直売所「神子の里」では、神子原米の新米予約がいっぱい、日当たりも土も良く、野菜も甘みがあって、美味しいそうです。

◇ 子どもドリームフェスティバル ー「夢」の選考結果ー

7月3日（金）、午前10時30分から、県行政庁舎会議室で選考委員の皆様
に審議していただき、5つの「夢」が選ばれました。内容等は次のとおりです。

夢の内容	グループ名・学年	地域
クラス全員で秘密基地をつくりたい。	能美市立宮竹小 学校 5年	能美市
「かんこ踊り」を地域と共に未来に残し、伝承するために、全校で踊りや歌を地域の方から学びたい。そして大きな行事の機会や音楽堂の大舞台で発表し、大好きな白峰の良さを世界に発表したい。	白山市立白峰小 学校 全学年	白山市
年長児104人全員でたくさんのお店やさんをしたい。	みはる幼稚園 年長児	金沢市
「加賀八幡起上り神輿」の巡行を盛り上げるためのパフォーマンス・振付を創作・完成させて地域で発表し、石川県だけでなく、全国に発信させたい。	「加賀八幡起上り神輿」隊 小学生	金沢市
手作りした甲冑を身につけて、「子ども武者行列」として「七尾城山まつり」に参加し、地元の祭を盛り上げて、七尾をアピールしたい。	七尾市立天神山 小学校 5年	七尾市



司会（正木委員長）



審議の様子



第18回子どもドリームフェスティバル発表会

開催日 平成28年1月24日

場 所 石川県立音楽堂邦楽ホール

◇ 第42回太陽と緑に親しむ健民祭 実行委員会

8月6日（木）に、健康づくり推進委員の皆様によって、第42回太陽と緑に親しむ健民祭実行委員会が開催され、実施要綱が決定されました。

総合開会式には約1,000人、行事全体で約7,000人の参加を見込んでいます。

多くの皆様の参加をお待ちしています。



【第42回太陽と緑に親しむ健民祭（体力づくり県民大会）実施要綱】

- 1 趣 旨 太陽をいっぱい受け、緑豊かな自然の中で、誰でも自由に
参加できる各種大会や行事を展開し、県民の健康と体力づくりに資する。
- 2 開催期間 平成27年9月20日（日）～10月15日（木）
- 3 総合開会式 平成27年9月23日（水・祝日）西部緑地公園陸上競技場
- 4 開催行事、期日及び会場

行 事 名	期 日	会 場
マラソンに挑戦する会2015	9月20日（日）	大豆田大橋上流広場
石川県スポーツ少年団 サッカー交流大会	9月21日（月・祝）	県営まめだ簡易グラウンド・他
	9月22日（火・休）	
	9月23日（水・祝）	
◎ラジオ体操のつどい	9月23日（水・祝）	西部緑地公園陸上競技場
◎健民祭総合開会式	9月23日（水・祝）	西部緑地公園陸上競技場
健民ゲートボール大会	9月23日（水・祝）	西部緑地公園陸上競技場
健民グラウンド・ゴルフ大会	9月23日（水・祝）	西部緑地公園陸上競技場補助競技場
健民ペタンク大会	9月23日（水・祝）	西部緑地公園投てき場
◎ニュースポーツ体験コーナー	9月23日（水・祝）	西部緑地公園投てき場
健民マレットゴルフ大会	9月23日（水・祝）	専光寺ふれあいの森ゴルフ広場
◎健民歩こう大会	9月23日（水・祝）	西部緑地公園陸上競技場前出発
◎リズムダンス講習会	9月24日（木）	河北台健民体育館
健民野球大会	10月4日（日）	石川県立野球場
◎おはようサイクリング 石川健民大会	10月11日（日）	大豆田大橋上流広場
◎健民オリエンテーリング大会	10月12日（月・祝）	石川県森林公園
石川県健康クラブ交歓大会	10月15日（木）	いしかわ総合スポーツセンター

◎印の行事には、当日だれでも自由に参加できる。

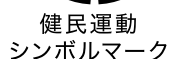
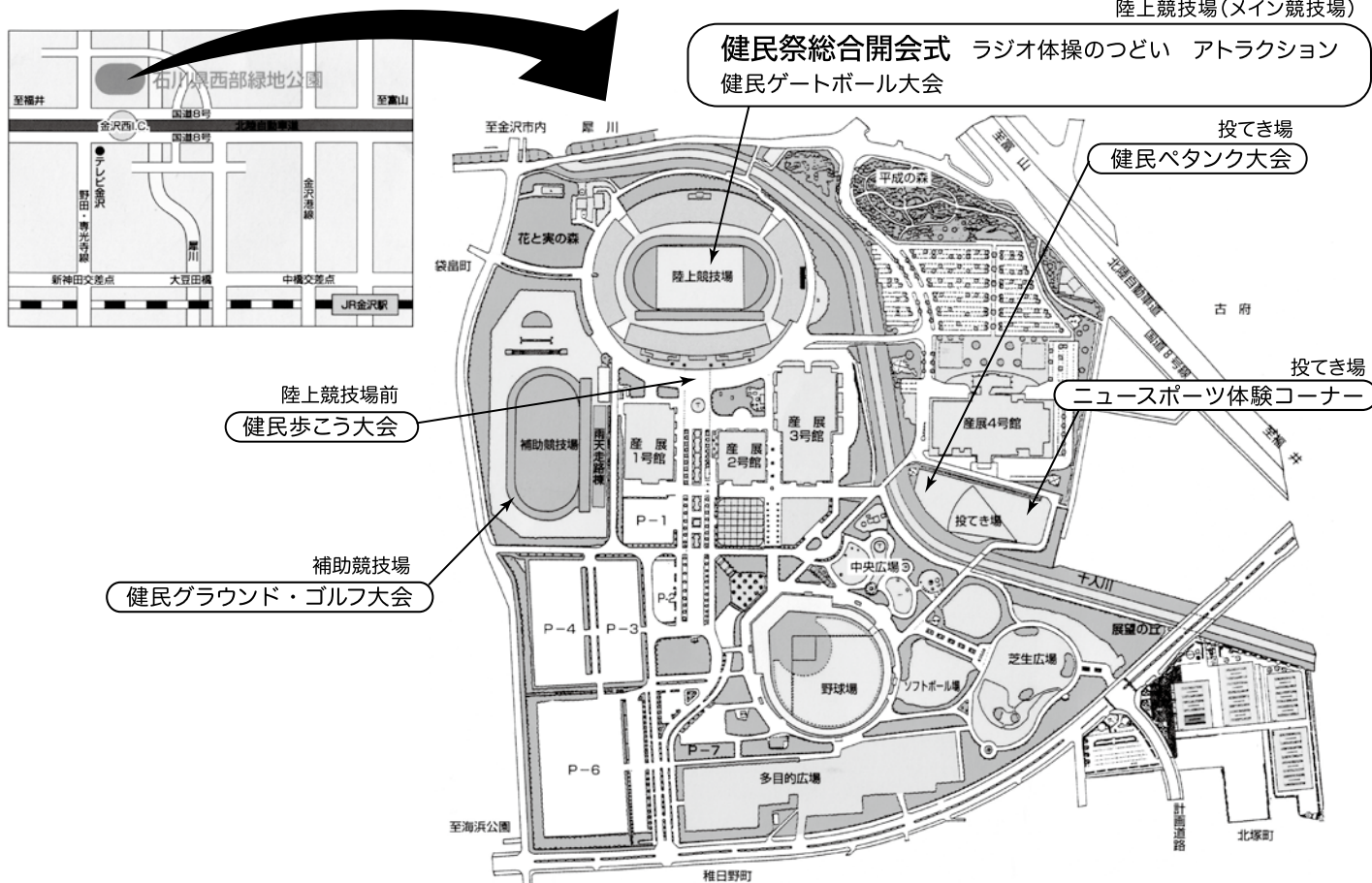
- 5 主 催 石川県 石川県健民運動推進本部
- 6 主 管 各競技団体
- 7 後 援 石川県教育委員会 石川県ラジオ体操連盟
- 8 参 加 賞 総合開会式の参加者に対し参加賞を贈呈する。
- 9 傷害保険 本部では、参加者を対象に1日傷害保険に加入する。

～ どなたでも参加できます ～

A black and white illustration of four children of increasing size, representing growth from infancy to adulthood. They are all smiling and walking towards the right. The smallest child is on the left, followed by a slightly larger child, then a larger child, and the largest child on the right. They are all wearing similar clothing: a short-sleeved shirt and shorts or pants.

大会中の事故や負傷等については、主催者は応急処置のみを行います。
主催者の加入する傷害保険以外にも参加者各人において別途傷害保険に加入することをお勧めします。

陸上競技場(メイン競技場)



TEL 076-225-1366

- 専光寺ふれあいの森ゴルフ広場(金沢市)
健民マレットゴルフ大会
- 県営まめだ簡易グラウンド(金沢市)・他
スポーツ少年団サッカー交流大会

7

◇ 9月の健民運動カレンダー

H27.8.20現在

9/ 9 (水)	健康わくわく出前講座 会場：旭ヶ丘公民館（内灘町） 主催：サロンあさひ
9/ 9 (水) 23 (水)	メイプルレディース「ヨガ健康体操教室」 会場：那谷町会館（小松市） 主催：メイプルレディース
9/11 (金)	健康わくわく出前講座 会場：津幡町総合体育館 主催：（一社）津幡町体育協会総合型地域スポーツクラブ
9/13 (日)	いしかわキャンプフェスティバル 会場：白山市瀬波川キャンプ場 主催：石川県キャンプ協会
9/20 (日) ～ 10/15 (木)	第42回太陽と緑に親しむ健民祭 会場：西部緑地公園陸上競技場等（金沢市等） 主催：石川県健民運動推進本部
9/21 (祝) ～23 (祝)	第27回ツールド・のと400 会場：内灘～七尾～輪島 主催：北國新聞社
9/24 (木)	健康わくわく出前講座 会場：芦城小学校ふれあい広場（小松市） 主催：芦城っ子クラブ
9/26 (土)	平成27年度少年の主張石川県大会 会場：石川県青少年総合研修センター（金沢市） 主催：石川県、石川県教育委員会、石川県健民運動推進本部

□ 参加しましょう！

第24回石川県民スポーツ・レクリエーション祭（9月開催予定）

	期日	大会名（開催地）	会場・主管団体等
種 目 別	9/6 (日)	フライヤーフェスタ獅子吼 （白山市）	獅子吼高原フライトエリア 主管：石川県フライヤー連盟
	9/22 (休)	年齢別ミックスダブルス テニス大会（金沢市）	西部緑地公園テニスコート 主管：石川県テニス協会
	9/27 (日)	キンボールスポーツ交流会 （小松市）	小松市桜木体育館 主管：石川県キンボールスポーツ連盟

薫 風

石川県博物館協議会

会長 嶋崎 丞

(石川県立美術館長)

地域社会における博物館の役割について

言うまでもなく博物館とは、社会教育の一翼を担う機関で、地域住民に対して文化的・知的なサービスを提供するサービス機関でもあります。では、博物館に求められるサービスとはどのような事でしょう。

第一番目は、博物館が従来から行ってきたことですが、資料を展示して、鑑賞や観察の機会を提供することです。このことは、いかに時代が変わろうとも、今後も継続されていく博物館の基本であることは言うまでもありません。資料充実のために収集を行い、調査研究を実施し、その結果を展示中心に公表していく、このごく当たり前のことが一番難しいサービスであるかも知れません。

二番目は、分かりやすい展示を心掛けることです。博物館学芸員の考えた展示は何となく難解で、デパートの文化催事や博覧会の展示は理解しやすいという言葉に耳にします。解説のキャプションやパネルに書かれた文字の表現内容、字数の分量、大きさ、それらを掲示する位置、色彩、館内や資料に対する照明や資料の展示方法など、ちょっとした工夫がサービスにつながります。最近では展示資料について解説する列品解説も盛んに行われるようになってきました。

三番目は、展示活動に直接関係のない総体的サービスです。従来型のサービスとしては講演会、研究会、連続講座などがありますが、近年は体験型のサービス活動を実施する博物館が増えてきました。いわゆる物造りの実技体験、博物館資料や複製品を使って、その資料が使われていた時代の人びとのくらしや思いを体験する、茶会の開催などもこの部類に属すると思われます。さらにはコンサートや映画会なども開催され、展示活動を補助する手段として実施されているものも見られますが、多くは音楽や映画の愛好者を、博物館に取り込む手段として実施されているものが多いように思われます。いずれにせよ広い意味での文化的な各種のイベントを開催し、博物館へ集まってくる人びとを楽しませることもサービスにつながっていくことだと思われれます。

従来の博物館活動では、専ら博物館の設置者やスタッフが考えたプログラムを、博物館の利用者に対して一方的に提供してきたといっても過言ではありません。しかし、今日は博物館と利用者が一体となって博物館活動を考え創り出し、喜びや感動を分かち合う時代になってきました。利用者の目線に立ち、質の高い博物館活動を実施すべく各館が努力していますので、多くの県民の方々のご利用をお待ちしています。

「あいむ」だより



＊ 収集物（8月分） ＊ ＜使用済み切手など＞

少子化対策監室、医療対策課、健康推進課、総務事務管理室、監理課、石川県教職員互助会、文化財課、匿名の方 の 計 8 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。

お 知 ら せ

【平成27年度 石川県NPO起業実践講座開催事業9月の予定】

○「第3回【広報編】人が集まる！ライターの文章テクニック」

どんな魅力的な活動もイベントも正しく告知できなければ集客につながりません。効果的なチラシテキスト作成のコツや文章の作り方を学びます。

※第4回とのセットでの参加をオススメします。

日時	9月3日（木） 19時～21時
場所	金沢会場 石川県NPO活動支援センター 金沢市香林坊2-4-30 ラモード7階
定員	20名

○「第4回【広報編】魅力的なチラシはテンプレートを変えろ」

活動・イベント告知に欠かせないチラシ。チラシの仕上がりは集客にも大きく影響します。情報を見やすくまとめるコツや効果的なビジュアルの使い方を知って、人を惹きつけるチラシを作りましょう。

※第3回とセットでの参加をオススメします。

日時	9月17日（木） 19時～21時
場所	金沢会場 石川県NPO活動支援センター 金沢市香林坊2-4-30 ラモード7階
定員	20名

参加費：全て無料 主催：（特）百万石ワールドカフェ

＜詳細情報・参加のお問い合わせ・お申し込み＞

<http://www.hyakumangoku.org/ishikawaseed3/>

石川県NPO活動支援センター（あいむ）月曜日は休館

〒920-0961 金沢市香林坊2丁目4番30号 香林坊ラモード7階

TEL:076-223-9558 FAX:076-223-9559 <http://www.ishikawa-npo.jp/>

会議・打合せ等に「あいむ」をご利用ください！（会議室使用料 無料）

お問合せ、ご予約は上記「石川県NPO活動支援センター（あいむ）」

まで、お気軽にどうぞ。《夜10時まで開館（火～金曜日）》

香林坊地下駐車場をご利用ください。駐車料金を助成しています。



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 ～

発行：石川県健民運動推進本部

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 TEL 076-225-1366
石川県県民交流課内健民運動推進本部 FAX 076-225-1363

インターネット



QRコード

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

twitter @ kenmin_undou