



かわら版



- 鼓動 「子どもが伸びるチャンスを活かそう」～家庭で、地域で、住んでる町で～
石川県青少年育成アドバイザー協会 会長 宮崎 禮子…………… 1
- 令和3年度未来のふるさとづくり応援事業実施報告 …………… 2
- 健民運動活動紹介・カレンダー …………… 4
- 令和4年度健民運動主要事業・お知らせ …………… 6
- 「美しい石川を歩く」新コース紹介とコース募集 ……………11
- 「あいむ」だより ……………14

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 ～

鼓動

石川県青少年育成アドバイザー協会
会長 宮崎 禮子

「子どもが伸びるチャンスを活かそう」

～家庭で、地域で、住んでる町で～

青少年育成アドバイザーは（旧）社団法人青少年育成国民会議による「青少年指導者のための通信教育」「全日本青少年アドバイザー連合会」が主催する「養成講習会」を受講した者の中から、青少年育成活動の分野において専門的知識資格者及び経験を有する青少年育成指導者として連合会で認められた15名で石川県は活動しています。①会員相互の資質向上並びに後継者育成に必要な事業を行う、②関係諸団体と連携・協調し事業を行う、③青少年の健全育成のために青少年の自立支援や子育て支援活動、並びに悩みごと相談に対する助言・指導を行うことを目的としています。

私達はかねてから、健全な青少年を育成しようと「伸びよう 伸ばそう 青少年」をスローガンに、子どもの成長に家庭が重要な役割を担っていることから「家庭の日」を設定してその啓発に取り組んできました。また、地域の子どもは地域で育てようと、大人が自ら姿勢を正すための「大人が変われば 子どもも変わる運動」や子ども達に関心を強く持って、挨拶・声掛けを中心にした「地域のおじさん・おばさん運動」を推進してきました。しかし、長年これらの運動を続けるうちに新鮮さを欠き、マンネリ化してきたために、県民運動発足50周年を迎えるにあたり、運動の経過を振り返り、反省をしながら見直しを行い、これらの運動を土台にした、新しい運動を展開する必要があるとの考えに至りました。その結果、従来の運動は、大人が中心であったため、子どもが本来持っている「自ら伸びようとする力」を信頼し、それを引き出すサポートを大人（親や保護者ほか）がする、という子供を中心に据えた発想が大切である、との視点に欠けていることに気が付きました。そのため、「家庭の日」や「地域での活動」を土台にしながら、子どもの成長発達に応じて、子どもが本来持っている「伸びようとする力」を引き出すため、「チャンスを活かす」運動を、新しく連合会と共に提唱・推進していきます。



◇ 令和3年度未来のふるさとづくり応援事業実施報告

町野祭り太鼓継承事業 (町野祭り太鼓クラブ・輪島市)

地域で行われていたキリコ祭りが、少子高齢化に加え、コロナウイルス感染症の影響で、キリコが出されない神事のための祭りになりました。キリコ祭りの文化が消えてなくなってしまう危機がそこまで来ているとの思いから、町野地区の祭り太鼓を地域の子供達に伝承し、後継者を育成するための活動をしました。発表の場を広げ、実演の様子をYouTubeで発信し、DVDを作成するなど、多くの人に知ってもらい新会員の増加につなげる努力をしました。小学生7人、園児2人と指導者で活動していますが、文化祭での発表後に新たなメンバーの加入もあり、継承の前進に一步踏み出せたと感じています。そして、子供達から次の子供達へとつなげていきたいと思えます。



【太鼓台を補充して公民館で練習です】



【法被を新調しました】



【文化祭で発表です】

独自盆踊り曲「ここは米丸」伝承継承事業
(米丸校下盆踊実行委員会・金沢市)

「ここは米丸」は平成11年に地域の呼びかけにより作られた校下独自の盆踊り唄で、歌詞には米丸校下各町会名の歴史や伝承が綴られ、踊りは米丸の地域の特色を表した振り付けになっています。米丸小学校運動会、校下盆踊り大会で子どもたちも踊っていますが、曲と踊り（ふり）のテンポが合わない部分があり、曲の編曲が必要との要望が寄せられていました。

そこで、児童及び校下住民が踊りやすくまた親しみのある踊りを残すために編曲することとし、今年度編曲を行い新たに収録し直しました。津軽三味線明宏会 一川先生と共に実行委員会において曲のアレンジに何度も検討を重ねた結果、大変素晴らしい曲が完成し故郷米丸の盆踊り唄が後世に歌い継がれ地元への愛着と誇りを思い起こしてくれることとなるでしょう。



【「新・ここは米丸」の録音作業です】



【作成したCD】



【校下の盆踊り大会 (R1年)】

◇ 健民運動活動紹介

令和3年度 健康づくりリーダー研修会

生涯を通して生きがいのある生活を送れるよう、健康づくりに関する指導者やリーダーを養成し、シニア世代の健康づくりの一層の推進を図るために研修会を開催しました。令和4年3月2日（水）は金沢会場（いしかわ総合スポーツセンター）、3月4日（金）は能登会場（矢田郷地区コミュニティセンター）で、あわせて64名が参加し、体操、座り方、歩き方、食事の仕方などを学びました。

シニア世代の健康力アップによって地域を元気にするため、参加者は熱心にメモをとったり、実際に体を動かしながら研修を行いました。



【金沢会場】 講師は健康運動指導士の畑中裕美子さんです。



【能登会場】 講師は健康運動指導士の元橋美津子さんです。

令和3年度健民運動推進委員会

3月23日（水）にふるさとづくり、25日（金）に健康づくり、子ども・若者活動の各推進委員会が県庁行政庁舎会議室において、開催されました。健民運動推進本部事務局から令和3年度の事業報告と決算見込み、及び令和4年度の事業計画案と予算案が報告・提案され、了承されました。また、健民運動表彰について説明と報告がありました。



【ふるさとづくり推進委員会】



【健康づくり推進委員会】



【子ども・若者活動推進委員会】

◇ 5・6月の健民運動カレンダー

R4.3.31現在

月 日	行事名・会場等
5 / 10 (火) ～ 16 (月)	ふるさとのツバメ総調査・愛鳥週間 会場：県内全域 主催：石川県健民運動推進本部・石川県
5 / 31 (火)	石川県健民運動推進本部長表彰式・本部会 会場：石川県行政庁舎 11階1105会議室 主催：石川県健民運動推進本部
6 / 16 (木)	第55回石川県健康クラブ普及育成研修会 会場：いしかわ総合スポーツセンター（金沢市） 主催：石川県健康クラブ協議会・石川県健民運動推進本部

◇令和4年度健民運動主要事業

1 健康づくり

◇第49回太陽と緑に親しむ健民祭

8月27日（土）から10月11日（火）にかけて、西部緑地公園陸上競技場などを会場に、総合開会式を含めて14種目の大会を実施します。昨年、一昨年は新型コロナウイルス感染防止の観点から多くの大会が中止となりました。今年こそは感染がおさまり、多くの参加者で盛り上がることを願います。

種目別大会開催予定一覧

日	曜	大会名	場所
8月27日	土	石川県スポーツ少年団サッカー交流大会	内灘町サッカー競技場他
8月28日	日		
9月4日	日		
9月19日	月	【敬老の日】マラソンに挑戦する会2022	西部緑地公園陸上競技場
9月23日	金	【秋分の日】総合開会式	西部緑地公園陸上競技場（メイン）
		健民ゲートボール大会	西部緑地公園陸上競技場（メイン）
		グラウンド・ゴルフ交流大会 健民ペタンク大会	“（補助競技場） “（投てき場）
9月25日	日	健民マレットゴルフ大会 あそびの広場	専光寺ふれあいの森ふれあいゴルフ広場 子ども交流センター
9月30日	金	リズムダンス講習会	加賀市スポーツセンター
10月2日	日	健民野球大会（早朝・日曜野球） 健民祭ウォーク	県立野球場 金沢市内
10月9日	日	おはようサイクリング石川健民大会	大豆田グランド大橋上流
10月10日	月	【スポーツの日】健民オリエンテーリング大会	石川県森林公園
10月11日	火	石川県健康クラブ交歓大会	いしかわ総合スポーツセンター



R3年度 健民野球大会



R3年度 健民祭ウォーク

◇ 健康習慣づくり事業

毎月7日を健康の日とし、あらゆる世代が健康づくりを日常的に実践するための事業を推進します。

○ 歩こう走ろう運動

運動の普及を図るため、それぞれ精勤賞等（オリジナルバッジ、メダル）を交付します。

○ スポーツ普及推進

各種スポーツ大会、研修会、講習会等の共催・後援等を行い、また、オリエンテーリングコースの維持管理を行います。

○ 高齢者健康づくり

6月16日（木）に県健康クラブ普及育成研修会を、10月11日（火）に県健康クラブ交歓大会を開催します。



R3年 県健康クラブ普及育成研修会

○ 健康わくわく出前講座

子どもから大人まで、体を動かすことの楽しさを体験できる出前講座を年間50回開催します。



R3年 出前講座

○ 健康づくりリーダー研修会

健康寿命を延ばし、いつまでも健康な暮らしができるように、地域で活動するリーダーを養成するための研修会を開催します。（2月下旬から3月上旬に2会場で開催予定）

◇ スポーツ少年団活動推進事業

石川県スポーツ少年団が実施する各種大会に助成し、少年スポーツを推進します。

「健康の日」について
昭和39年4月22日に石川県健民運動推進協議会が結成され、5月7日に「健康の日」がスタートしました。
県民の健康増進の意識と実践の高揚充実をはかるため、毎月7日を「健康の日」に定め、健康増進運動を展開することとしたものです。

◇ 美しい石川を歩く

家族や友人と一緒に石川県の自然や歴史、文化に親しみながら、各自の体力に合わせて歩くことを目的に、美しい石川を歩くコースマップを作成し、コース利用の普及啓発を行います。また、「美しい石川を歩くコースマップ」を活用して、仲間と一緒に歩くウォーキングイベントを開催します。今年度も参加者の皆様に楽しんでいただけるコースを選定し開催します。(10月頃)

詳しくは、ホームページをご覧ください。そのほか、みんなが歩きたくなるすてきな新コースを随時募集しています。 ⇒ 11頁参照



R3年度 のと里山海道 別所岳往復コース

2 ふるさとづくり

◇ 花いっぱいコンクール

⇒ 「お知らせ」参照

◇ ふるさとのツバメ総調査

ふるさとのツバメ総調査、ツバメ総調査に関する作品募集・表彰、ツバメ学習会を行い、野鳥の観察を通して地域の大人と交流し、ふるさとの自然を大切に作る心を育みます。調査は、5月の愛鳥週間に合わせて行います。表彰式は11月に実施します。



◇ ツバメ Welcome(ウェルカム) キャンペーン

「守ろう♡ツバメと共生できるふるさと」をスローガンに、ポスターやインターネットなどによる広報等を実施し、ツバメについての理解を深めてもらうとともに、ツバメを温かく受け入れてもらえるよう呼びかけます。また、先着150名に「オリジナルファン受け」をプレゼントします。

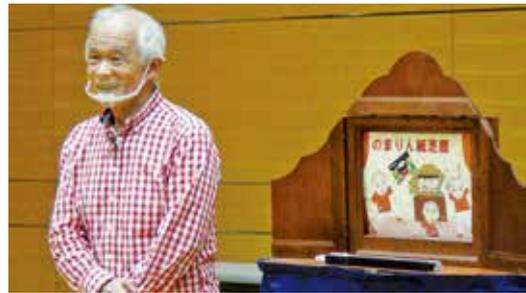
応募方法：郵便番号、住所、氏名、電話番号、ツバメの営巣場所を記入したものを電話、FAX、郵送、E-mailで健民運動推進本部まで応募してください。使用后、応募者のお家に来たツバメについてのアンケートにご協力ください。

◇ ツバメ調査を活用した国際交流事業（ツバメキャンプ）

オンラインツバメキャンプを実施し、日本・韓国・台湾の小学生等によるツバメ調査を通しての国際交流を行います。

◇ 絵本センターのつどい

親子のふれあう時間を充実させ、子どもの豊かな心を育むため、保育所(園)、幼稚園、児童館など絵本に携わる方々を対象に講演会を開催します。



R3 年度 「のまりん」の紙芝居

◇ 「家庭の日」作品コンクール

⇒ 「お知らせ」参照

◇ 未来のふるさとづくり応援事業

⇒ 「お知らせ」参照

3 子ども・若者活動

◇ 少年の主張大会

中学生による意見発表会を県内4地区で開催し、中学生の社会参加意識の醸成を図るとともに、多くの大人に中学生への理解を深めてもらうことを目的に実施します。昨年度の県大会は新型コロナウイルス感染防止の観点から動画審査の形をとりました。

今年度は8月中に地区大会があり、県大会は8月27日(土)に開催の予定です。



R3 年度最優秀賞
土山桃愛さん(金沢大学付属中)

◇ 子ども会運動推進事業

子ども会が、花づくりやクリーン活動などの社会参加活動を実践するために必要な安全教育や指導者講習会に対して助成を行います。

◇ 子どもの夢実現サポート事業

⇒ 「お知らせ」参照

◇ 青少年ボランティア活動推進事業

自主的に他の模範となる優れた活動を実践し、ひたむきに努力する青少年、または青少年団体の功績を表彰します。表彰式は11月に行います。

また、小冊子「広めよう!ふれあいの輪」によって、受賞団体・個人の活動を掲載し紹介します。



R3 年受賞者の皆さん



取組例(孫心隊 まごころたい)

お知らせ

令和4年度の事業について、
下記の通り募集しています。

★ 第58回花いっぱいコンクール

- 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。対象花壇は、夏秋花壇（プランターや鉢を使った移動花壇を含む）で、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6月より募集します。
- 応募締切は、令和4年8月26日（必着）です。
- 募集部門等の詳細は下記にお問い合わせください。



R3年度 最優秀花壇（白嶺小中学校）

★ 「家庭の日」川柳コンクール

- 「家族」をテーマに、川柳を募集します。
- 募集は、小学生の部、中学生の部、一般の部で行います。
- 応募期間は、令和4年7月～9月です。
- 詳しくは、学校や公民館等に配付する要領をご覧ください。

★ 未来のふるさとづくり応援事業

- 地域団体（公民館、町内会等）やグループ等が取り組む文化的・歴史的な地域資源の活性化や伝承活動、安心・安全で住みよい環境づくりや家族・地域との繋がりを大切にする活動等に対して助成します。
- 助成額は、対象経費の1/2以内で、上限は10万円です。
- 応募締切は、令和4年5月31日（必着）です。
- 詳しくは、ホームページのほか、公民館等に配付する要領をご覧ください。

★ 子どもの夢実現サポート事業

- 子ども達が主体となって「夢」を実現できるよう支援するとともに、それぞれの地域において発表会を開催する取組を応援します。
- 応募資格は、幼児から中学生までの3人以上のグループです。
- 応募締切は、令和4年5月31日です。
※消印有効
- 詳しくは、学校や公民館等に配付する要領をご覧ください。



R3年の取組例（鰻目子ども会）

【問い合わせ先】

石川県健民運動推進本部

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 石川県県民交流課内

電話076-225-1365・1366 FAX:076-225-1363

ホームページ：「健民運動」で検索してください。

◇「美しい石川を歩く」

～ 新ウォーキングコース紹介 ～

今年度、新しいウォーキングコースが生まれました。承久の乱（1221年）に敗れた順徳上皇が佐渡へ流される途中、しけに遭って立ち寄り、滞在されたと伝えられる津幡町にあります。名付けて「順徳さん謎解きウォークラリー」です。



～ ウォーキングコース募集 ～

おしえてください、あなたのおすすめのコース！

健民運動では、みんなが歩きたくなるすてきなウォーキングコースを募集しています。

石川県の豊かな自然、歴史や文化を感じながら、歩くことから健康づくりができる、あなたのおすすめのコースをおしえてくださいませんか。

健民運動のホームページで紹介し、ウォーキングイベント「美しい石川を歩く」で皆さんと一緒に歩きたいと思います。



こんなコースを募集しています

美しい自然がたのしめること

歴史や文化にふれることができること

家族、グループ、学校などで健康づくりに活用しやすいこと

4km～15km程度、徒歩で1時間～4時間程度で歩けること

応募方法 別添応募様式に記入の上、コースの地図、見どころの写真を数枚添えて、下記まで郵送をお願いいたします。

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 石川県県民交流課内
石川県健民運動推進本部 「美しい石川を歩く」コース 係

詳しくはウェブサイトで ←検索

お問合せ 電話：076-225-1365 メール：kouryu@pref.ishikawa.lg.jp

美しい石川を歩く

津幡町

順徳さん謎解きウォークラリー 津幡

歩行距離：約4km 歩行時間：約1時間30分 難易度：一般向

順徳上皇ゆかりの地を巡るコースです。英田公民館からスタートし、ゆかりのあるお寺や神社、石碑など10カ所のポイント地点にある問題を解き、歩きながら歴史も学べるウォークラリーコースです。

順徳上皇(1197年～1242年)・・・第84代天皇。鎌倉幕府倒幕のため、上皇の立場に退き「承久の乱」を引き起こしたものの敗れ、佐渡へ島流しとなった途中しげに遭い、英田地区にたどり着き、この地にあった御門に足掛け3年住まわれたという伝説があります。

ポイント地点①～⑩に順徳上皇にまつわるエピソードとクイズを記した看板があり、問題を解きながらスタンプを集め約4km歩きます。
スタンプカードは英田公民館で受け取ることができます。スタンプをすべて集めた方には英田公民館から「順徳さん缶バッジ」が贈呈されます。
【英田公民館の開館時間】
 月～金：9時～17時（※年末年始を除く）
 土日祝：利用団体がいるときのみ開館のため、事前に電話で確認ください。
 TEL：076-288-5995



- スタート 1 英田公民館**
約160m・徒歩約3分
- 2 願慧寺**
約300m・徒歩約5分
- 3 龍ヶ口井戸碑**
約200m・徒歩約4分
- 4 能瀬川公園**
約400m・徒歩約6分
- 5 日吉山王神社**
約190m・徒歩約3分
- 6 龍松山廣濟寺**
約500m・徒歩約7分
- 7 松山の峰(能瀬保育園)**
約1.1km・徒歩約15分
- 8 廣勝寺**
- 9 順徳上皇行在所御門屋敷跡石碑**
約210m・徒歩約4分
- 10 御館(御門屋敷)**
約1.1km・徒歩約15分
- ゴール 英田公民館**

難易度

- 家族向：幼児のいる家庭でも楽しめる
- 一般向：小学生以上で通常の体力の人（遠足など）
- 健脚向：体力に自信のある人（勾配がある）

注意事項

- 歩きやすい服装や靴を選びましょう。
- 歩く前にルートをよく確かめてから歩きましょう。
- トイレは各施設開館中のみ利用できます。（能瀬駅は常時使用可）
- 交通ルールを守り、車両等に充分注意し、安全歩行をしましょう。
- 自動車でお越しの方はスタート地点の英田公民館の駐車場を利用してください。

お問い合わせ先 石川県健民運動推進本部 金沢市鞍月1丁目1番地（県民交流課内） Tel：076-225-1365

※ 今回「薫風」は諸般の事情で掲載できませんでした。そこで、今月はゲートボールを中心にいくつかの競技を紹介したいと思います。

ゲートボールとは

ゲートボールは日本で発祥し、スティックという道具を使ってボールを打ち、ゴールを目指して、3つのゲートを通し、最後にボールにあてる競技です。ただ単にゴールを目指してボールを打つのではなく、相手チームの進路をふさいだり、戦略性が高く頭脳プレーを要します。各ゲートを通った際、ゴールに到達した際に点が入り、獲得した点の合計の多いチームが勝利です。基本的には1チーム5人でプレーします。



ゲートボールの歴史（日本ゲートボール連合HPより）

- 1947年 鈴木栄治氏が、ヨーロッパの「クロッカー」をヒントに考案した。
- 1964年 文部省(現文部科学省)から「国民皆スポーツ」が提唱され、年齢や性別を問わず、誰でも気軽に楽しめるスポーツとして全国各地で普及した。
- 1984年 (財)日本ゲートボール連合が設立
- 1985年 世界ゲートボール連合設立
- 1987年 南米ゲートボール連合設立
- 1991年 アジアゲートボール連合設立
- 2013年 アフリカ大陸に普及し、5大陸に伝わる。
- 現在 50以上の国と地域でプレーされ、4年に一度世界選手権を開催

ゲートボールと同様に子どもから高齢者まで楽しめる球技が他にもあります。以下は使用する道具などが違いますが、球を扱う生涯スポーツといえる競技です。

グラウンド・ゴルフ

専用の木製クラブでボールを打ち、スタートマットからホールポストまでの打数の少なさを競います。基本的なルールはゴルフに準じています。スタートマットとホールポストを設置するだけで準備できます。



マレットゴルフ

スティックとボールを使って、決められた打ち出し地点からホールへ、できるだけ少ない打数で入れることを競います。マレットとは木づちという意味です。基本的なルールはゴルフに準じています。



ペタンク・ボール

目標球（ビュット）に、ボール（金属製のボール）を投げ合って、相手より近づけることを競い、カーリングのように相手より目標球に近いボールが得点となります。パラリンピック種目のボッチャとルールはほぼ同じです。



健民運動ではさらにサイクリング、オリエンテーリング、野球、ウォーキング、ランニング、リズムダンスなどを行う健康づくり団体が活動しています。

『あいむ』だより



収集物（1・2月分）＜使用済み切手など＞

総務課、行政情報サービスセンター、県民交流課、統計情報室、障害保健福祉課、医療対策課、少子化対策監室、農業基盤課、森林管理課、匿名の方 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、書き損じハガキにつきましては、切手収集家等に換金してもらい、日本キリスト教海外医療協会などを通じ、海外の医療従事者への学資援助や国内の盲老人の福祉などに役立てていただいております。ぜひお寄せください。

「あいむ」の会議室をご利用ください！

- ◆会議利用人数/20 人程度
- ◆ご利用は無料です

プロジェクター、スクリーン、テレビ、Wi-Fi、ホワイトボード、DVD、BD プレイヤー等も備えています！

- ◆予約は利用日の 3 ヶ月前から受け付けます

会議や勉強会などに
ご利用ください！



気軽に
お電話ください

図書コーナー

- ◆NPO・ボランティア関連書籍の貸し出しを行っています
- 一人 3 冊まで 2 週間借りることができます（閲覧資料は除く）



新刊が増えました！



パネル展示コーナーをご利用ください！

- ◆NPO・ボランティア団体の活動を
紹介するスペースです
- 自分たちの活動内容を知ってほしい、見てほしい
団体がありましたら、気軽にお申し出ください！

石川県NPO活動支援センター（あいむ）

- 〒920-0961 金沢市香林坊 2 丁目 4 番 30 号 香林坊ラモーダ 7 階
- TEL:076-223-9558 FAX:076-223-9559
- <https://www.ishikawa-npo.jp>
- ・お問合せ、ご予約はお電話等にてお気軽にどうぞ。
- 《夜 10 時まで開館（土、日は 17 時まで）、月曜日・祝日は休館》
- ・香林坊地下駐車場をご利用の場合は駐車料金の一部を助成しています。



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
石川県県民交流課内 健民運動推進本部

TEL 076-225-1366

FAX 076-225-1363

ホームページ

健民運動

検索

E-mail

kenmin-t@pref.ishikawa.lg.jp



QRコード