生涯学習つうしん

国見町教育委員会生涯学習課
（観月台文化センター）
☎(585)2676　FAX(585)2707
E-mail shogai@town.kunimi.fukushima.jp
https://www.town.kunimi.fukushima.jp/site/kangetsudai/

リュッケ じかん LYKKE 時間

第20話「ストレスと向き合う時間」

以前、コロナ禍での不安との付き合い方をお伝えしました。その後、ストレスに効果的な対策を教えてほしいという声を多数いただきました。現在、コロナウイルス感染拡大が心身の健全性を脅かしていることが各所から報告されています。確かにストレスは怖い存在ですが、深刻な症状が出る前に軽減する方法も、たくさん紹介されています。例えば、青年期以降を対象にした実験では、自然環境に足を運ぶことがストレス軽減の効果をもたらすということが明らかになっています。子どもへの効果も同じようにあるのか？ 研究が進んでいるところです。

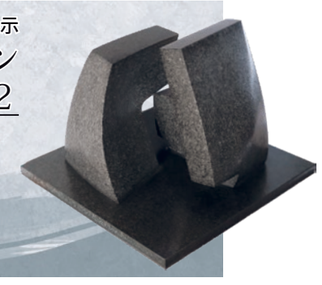
▶デンマークの子どもたちも自然の中でリラックス

文：柴田千賀子（国見町出身の保育研究者。仙台大学准教授）

観月台文化センター常設展示

石原コレクション 作品紹介 Vol.22

題名　「はさま」
作家　齋藤　智（さいとう　さとし）
黒御影石
370×420×440mm



第55回国見町・桑折町青少年健全育成剣道大会

心身を鍛えろ!!

第55回国見町・桑折町青少年健全育成剣道大会が10月4日、柏葉体育館で開催されました。

国見町と桑折町で剣道に励む21名の小中学生が参加し、日ごろの練習の成果を発揮しました。

【団体】（小学生の部）▼優勝　国見町剣道スポーツ少年団B▼準優勝　国見町剣道スポーツ少年団A▼三位　国見町剣道スポーツ少年団D（中学生の部）▼優勝　国見剣道B▼準優勝　国見剣道A

【個人】（小学生低学年の部）▼優勝　岡﨑珀大▼準優勝　佐久間こはる▼三位　渡邉希胤、高橋梓恩（小学生高学年の部）▼優勝　村木智洋▼準優勝　佐久間らん▼三位　岡﨑璃大、村上笑平（中学生の部）▼優勝　後藤絢▼準優勝　加藤大悟▼三位　渡邉匠胤

はじめてのパークゴルフ体験教室

みんなで元気に挑戦

国見町公民館スポーツ教室「はじめてのパークゴルフ体験教室」が10月7日、15名が参加して行われました。

教室では、福島県パークゴルフ協会連合会の渡邉武男会長を講師に迎え、パークゴルフのルールやマナーなどの講義を受け、その後の実技では公認指導員とともにパークゴルフを体験。晴天の中、参加者は元気に楽しくプレーしました。

パークゴルフを楽しむ参加者

阿津賀志学級

交通安全・防犯標語入賞作品

阿津賀志学級交通安全・防犯標語募集作品の審査会が9月24日に行われました。

福島北警察署、町交通安全協会各部会長らによる厳正な審査の結果、応募総数41点の中から交通安全と防犯の各部門で優秀作品2点と佳作3点の入賞作品が決まりました。

（敬称略）

【交通安全優秀作品】
通学路　宝の子供　良く見てね　中條　ツヤ
自主返納　迷った時こそ　返納時　菅井　昭子

【防犯優秀作品】
お出かけは　戸締まりチェック　二度三度　菅野　好子
私は大丈夫　そんな思いが　落とし穴　菅井　昭子

子育て学習講座

これからの学びを考える

家庭教育講座「子育て学習講座」が10月8日、令和3年度国見小学校入学予定児童の保護者を対象に行われました。

講座では、仙台大学子ども運動教育学科の柴田千賀子先生を講師に迎え、現在において周りの大人たちがどのように子どもを育んでいけばよいか「これからの学び」についての内容でした。

参加者は、子どもたちの感性を育てていく接し方について考えさせられる講話を熱心に聞き入っていました。

子どもたちの感性を育てるために

大人の珈琲講座

おいしい珈琲のいれ方を学ぶ

国見町公民館町民講座「大人の珈琲講座」が9月23日、観月台文化センターで20名の受講生が参加して行われました。

午後の部と夜の部の2回に分けての開催で、福島市にあるSEKIYA COFFEE&GOOD TIMESの齋藤哲也さんを講師に迎え、家庭でおいしい珈琲をいれるコツや楽しみ方を学びました。受講生たちは真剣な様子で珈琲をいれ、お互いの味を飲み比べながら楽しみました。

珈琲のいい香りが♪

▶齋藤さんから珈琲をいれるコツを教わる受講生

私のお薦めの一冊⑥

県北中学校 3年生
文化委員長　中條　紗音

「こころ食堂のおもいで御飯」
栗栖ひよ子著 スターツ出版文庫

みなさんには、思い出の料理や今一番食べたい料理はありますか。

この本には、疲れた時や悲しい時、どうしたらいいか分からない時に、心に届く料理が載っています。私たちは、毎日料理を3食とっています。しかし、ごはんを食べられない時期があった人もいると思います。それでも、ごはんを食べなければ生きていけません。

この本には、作者の栗栖ひよ子さんがごはんに救われたこと、自分だけの「心から食べたい料理」を見つけてほしいという思いを料理を通し本にして、私たちに優しさや温かさ、元気の源と一緒に届けてくれる、そんなお話がこの一冊に詰まっています。

そして、あとがきの中に「正しいものよりも、優しいものが好き」という言葉があります。その言葉のとおり、それぞれの優しさがたくさんつまっているので、みなさんもぜひ読んで、自分にとっての優しさと自分だけの料理を見つけてほしい一冊です。

次回は、県北中学校2年生
赤井畑有美さんです。