

キトウシ森林公園で初のミニバイアスロン大会



8月18日、キトウシ森林公園で第1回ミニバイアスロン競技旭川大会が開かれました。

日本バイアスロン連盟(伊部廣明会長)の主催で、競技方法の講習会を兼ねたデモンストレーション大会として開き、札幌、士別など全道各地から19人が出場しました。

小学生の部で優勝したのは、留萌から来た田中夢摘美(むつみ)さん(潮静小6年)。5歳から始めたクロスカントリースキーがメイン競技で、夏はバレーボールをしています。

今年4月に参加した第2回ミニバイアスロン大会(後志管内蘭越町)でおもしろさを知り、すっかり競技に魅入られたようです。小学生の部で圧倒的な速さと正確さで優勝して「おもしろ

かった」と楽しんだよう。

競技は、走行した後にライフル射撃、さらに走行して射撃、を3回繰り返してゴールするまでのタイムを競う個人競技(スプリント競技)。

夏季はランニングまたはローラースキー、冬季はクロスカントリースキーで走行し、8発で5個の的を狙って射撃します(伏せ撃ちと立射)。スポーツバイアスロンのライフルは、小さな樹脂玉を使用するエアライフル、または射撃用レーザーライフルを使用します。

東京ヴェルディ・トリアスロンチーム、今年も夏合宿



東京ヴェルディのトリアスロン競技チーム(山倉和彦監督)が今年も東川合宿にやってきました。

チーム合宿2年目の今年は8月2日から順に東川入り。17日まで約2週間の合宿。選手10人中、木野直造(23)、三沢源輝(24)、蔵本葵(23)、石井麻実(23)の4選手は、大雪山

忠別湖トリアスロン大会にゲスト出場。初出場の石井選手ともにレース感覚を楽しみました。

ヨソワオル部のサッカー少年団が来町して親善試合



8月18日、町民運動公園で韓国・カソウオンドウ(江原道)ヨソワオル(寧越)郡から来町したサッカー少年団チームと東川サッカー少年団(今野裕太監督)との友好親善試合が行われました。

東川町と同郡の間で2年前に結んだ文化交流協定後、松岡市郎町長らが昨

夢の木幼少年サッカークラブ(左)対東川サッカー少年団の親善試合あいさつ

たった5分の運動で健康で〜栗原医師の健康講演



8月11日、農村環境改善センターで開いた町民健康講演会で、慶応大学特任教授、栗原クリニック東京・日本橋院長、栗原毅医学博士が、健康長生きの秘訣(ひけつ)を「たった5分のスロージョギング、ドローイン」と伝授しました。

「予防医療時代の幕開け『血液サラサラ生活のすすめ』」と題して講演しました。

「日本人は、実は健康寿命が比較的短い。北海道は男性の健康寿命70歳で全国32位、女性では73・2歳で全国34位」などと指摘。健康寿命を延ばす運動の必要性を強調し、スロージョギン

グは5分間から始めて、毎日30分間程度が目安。「間違えなくお腹がへこむし、やせる」と話しました。

ドローインとは、呼吸を続けたまま繰り返してお腹をへこませる運動。「5秒か10秒お腹をへこませるだけ。腹筋背筋、インナーマッスルに効果的で、腰痛には絶対良い。歩きながらやると姿勢も良くなる」と話し、さらに「スロースクワット運動は、1週間続ける」とこれほど効果的なのはない」と絶賛。「どれか一つでいいから1週間続ける」と、必ず違いが出る」と具体的に運動のコツを細かく話しました。

中国・北京から写真家、榮榮&映里さんが来町



8月14、15の両日、中国・北京を拠点に活動している写真家、榮榮(ロンロン)&映里(インリ)さん(本名、盧志榮(ロ・シエイ)、鈴木映里(えり)さん)の2人が来町し、松岡市郎町長を敬訪問しました。

新潟県十日町市で旧小学校校舎を利用して誕生したアジア写真映像館の写真展をプロデュースするため来日中で、文化ギャラリーで開催中の東川賞受賞作家作品展を鑑賞するため来町しました。

2人は北京市内で活動拠点の三影堂撮影芸術中心を経営しています。写真制作、同所での展覧会を主体に事業を展開。青少年を対象にした写真活動、芸術系学院、大学との提携を通じて写真文化、教育の向上に向けた活動もしているそうです。2年後の東川町国際写真フェスティバル30周年に向けて「出来ることあれば協力したい」と今後の連携を約束しました。

韓国の姉妹校から東川養護学校に視察訪問団

7月25日、東川養護学校(高橋正志校長、児童・生徒126人)に韓国・釜山恩愛(ウンエ)学校(イジョン・イジョン(鄭二千)校長)の一行が来訪しました。

3年前に姉妹校交流が始まり、毎年交換交流を行っています。鄭校長ら6人が来校しました。生徒会長の藤原光希さん(高等部3年)が一生懸命に覚

えた韓国語で上手に一行を歓迎。小学部15人の児童は学習で取り組んでいる「チャチャチャはすばらしい」を演奏、中学部11人は威勢の良い和太鼓を披露しました。

同校生徒は紙すきで作った手作り葉書とコースターをプレゼントしました。昼食会は、PTAのお母さんたち手作りのちらし寿司で歓待しました。

