

内容 「食べて防ごう生活習慣病」(肥満症)、講話、調理実習、**持ち物** 筆記具、エプロン、三角きん(食材費の一部100円を自己負担)

骨盤底筋体操教室

骨盤底筋は、膀胱(ぼうこう)、子宮、直腸など臓器を下から支えている筋肉です。これを鍛えることで体のバランスを整え、尿トラブルを改善、老化や肥満の防止にもなります。

運動不足解消に自宅で出来る簡単なストレッチをご紹介します。骨盤底筋を鍛えることは若い世代にとっても大事です。帝王切開で出産した方はぜひおいでください。
日時 11月7日(水) 午前10時〜同11時半
場所 農村環境改善センター
定員 なし
費用 無料
締め切り 11月1日(木)、託児あり(申し込み時に申し出)
内容 骨盤底筋体操、ストレッチ運動
講師 健康運動指導士、角幡和子さん(フィットU所属)
持ち物 運動しやすい靴、服装、タオル(汗ふき用)、飲料水、筆記具、ヨガマット(持っている方)

すすく健康相談

1歳半健診後から3歳児・就学前の健診までのお子さんと保護者を対象に「すすく健康相談」を実施します。

幼児期はわが子の成長がうれしい半面、悩みや心配事も増える時期。「育児はこれで大丈夫?」「イヤイヤ期や赤ちゃん返りに困っている」「食事があまりとれていないかも?」「ちゃんと成長している?」など、保健師や栄養士と一緒に育児の疑問、不安を解決しましょう。

お子さんの育児や発達を確かめる個別に相談をうかがいます。
日時 ①11月15日(木) ②来年3月14日(木)のいずれも午前9時〜同11時
会場 保健福祉センター
対象 1歳半健診以降就学前のお子さんと保護者
内容 計測、問診、子育て相談、栄養相談、発達相談
持ち物 母子手帳
申し込み・お問い合わせ 保健指導室(要申し込み)

一人でも悩まないで、女性に対する暴力相談窓口

女性の約10人に一人が暴力被害に悩み苦しんでいます。配偶者からの暴力(言葉の暴力含む)、職場のセクシャルハラス

メント、ストーカー被害など、内容によって各種相談窓口があります。

自動案内電話は☎0570-0155210、役場保健福祉課でも受け付けています。

幼児センターから

地域子育て支援センターは☎8251100

ももんが子育て講演会

楽しく子育てをする秘訣を考えてみませんか?

日時 10月11日(木) 午前10時〜同11時15分
場所 幼児センター子育て支援センタープレールーム
対象 どなたでも
内容 「乳幼児期の子育てについて」
講師 鈴木多磨子さん(北海道子ども発達支援事業作業療法士)
定員 ありません(要予約)

よちよち教室

乳児のお子さんが安心して遊べる場所です。楽しく遊びながら友達を作りましょう。

0歳児対象の親子遊び教室ですが、お兄ちゃんやお姉ちゃんもどうぞ。
日時 10月19日(金) 午前10時〜正午まで

場所 子育て支援センタープレールーム
内容 講話「子どもの病気」と交流会
対象 0歳児のお子さん(と保護者)
講師 菊池明香さん(幼児センター看護師)
定員 15組程度(要予約)
受け付け 1日から

家族運動会

家族一緒に体を動かす、汗を流しましょう。お兄ちゃん、お姉ちゃんもどうぞ。

日時 10月20日(土) 午前10時〜同11時まで
場所 幼児センタープレールーム
内容 親子で楽しめる運動遊び
対象 家庭の親子どなたでも
講師 大浦厚子さん(NPO法人TASスポーツクラブ指導員)
申し込み 10月1日(月) から
持ち物 動きやすい服装、上靴(お子さん、保護者)

親子遊びの体験教室

11月2日(金) 午前10時〜同11時半
場所 子育て支援センタープレールーム
内容 落ち葉制作
定員 15組程度(要予約)
申し込み 10月22日(月) から

大和、佐藤社長から寄付



8月30日、(株)大和(旭川、佐藤隆政社長)から今年も町に多額の寄付をいただきました。

佐藤社長、礼子夫人らが来庁し、松岡市町長に厚志をいただきました。町の事業資金として活用することにしています。ありがとうございました。

ソノブチミスト旭川若葉から寄付

9月29日、国際ソノブチミスト旭川若葉の千野恵美子会長、本間靖子、水島洋子両副会長が来庁し、町に多額のご厚志を頂きました。写真(中央から順に)。

今年7月豪雨被害の復旧費の一助に—といただきました。毎年開いている同クラブ恒例のチャリティイベント「益金の一部などを充



当したということです。ありがとうございました。

町発行の本「椅子」シリーズの直筆原稿を寄贈

昨年度から2カ年で4分冊発行した町の「椅子」シリーズ(A5版、かまくら春秋社制作・発売)の伊藤玄二郎社長が9月4日來庁し、寄稿してくれた文学、芸能、実業、医学など各界の著者の直筆原稿45点と題字「椅子」を書いた書家、金澤翔子さん(東京都内在住)の原筆作(44・6枚×90・5センチ)を寄贈して頂きました。

第1巻に寄稿してくれたのは、落語家、林家木久扇さんから8人、第2巻は作家、出久根達郎さんから13人、第3巻は女優、五代路子さん、画家・イラストレーター、横尾忠則さん、フレディ・スヴェイ



松岡市町長は「馴染みの名前の方の原稿もある。生の原稿なのでうれしい。貴重なものであり、本の掲載ページと一緒に並べて展示するなど、どう生かしていくか

を考えた」と感謝しました。

岩間さん、海外青年協力隊員でペルーの博物館に



東川町出身の岩間由芽さん(27)がJICA(独法・国際協力機構)の青年海外協力隊員としてペルー・イカ市のイカ州博物館に派遣されることになり、9月14日出発挨拶のため来庁して松岡市町長にペルーでは小学生のための教材作りなどを通じて役立ちたい、と抱負を話しました。

沖縄県立芸術大学で美術史、美術哲学を専攻。博物館学芸員。兵庫、箱根、阿寒湖のホテル勤務。南米ナスカ文化、小学生用の教材づくりに興味があるといい、2年間の協力隊員派遣に応募し、2回目で希望がかなったそうです。「博物館来館者への啓発と併せて地元の小、中学校で古代遺跡の

紹介の授業や教材づくりをしたい」

「ワカチナ砂漠ではラクダに乗り、サンドバギーに乗ることもできると聞いているので楽しみ」などと話しました。

イカ州博物館はナスカの地上絵からほど近い場所で、ペルーでの考古学研究で重要拠点の一つ。前インカ文明からインカ文明期(紀元前2千年から同千500年ごろ)の研究、遺跡発掘物の展示をしているそうです。

ハワイアンダンスのミー先生来



相互教育交流を進めているフィリピン・カンガガサ市から2人目の交流教員としてヴァティアラ小学校のテルヒ・ニーニマー副校長(46)が来町し、東川小学校を中心に教育交流に参加しました。9月2日に来町し、同月27日まで約4週間の滞在期間中、主に東

川小学校で教育交流し、町内の各小、中学校にはゲストとして訪問。幼児センター、道立東川高校、東川養護学校、旭川福祉専門学校、町立東川日本語学校など町内の教育関係施設をまねく見学しました。

臨時職員の募集

北海道東川養護学校を募集しています。

寄宿舎給食の食事調理を担当する臨時調理員(2種)、寄宿舎給食と学校給食の正規調理員不在時などに勤務する臨時調理員(3種)を募集します。

採用 ①臨時調理員(2種) 1人 ②臨時調理員(3種) 若干名
応募資格 普通自動車運転免許(通勤用)
勤務時間 ①早出 午前6時〜午後2時30分(休憩45分) ②遅出 午前10時30分〜午後7時(同) ③日番 午前8時25分〜午後4時55分(同) ④午前8時〜午後2時30分 ⑤早出 午前6時〜午前10時1分など