

# あいつ生涯学習だより

生涯学習情報提供事業

対戦をとおして  
運動・健康づくり!



CHALLENGE DAY

## チャレンジデー

# 2023

## 最終結果 1,311人 51.0%

笹川スポーツ財団がコーディネートし、5月31日（水）に全国一斉で実施した「チャレンジデー2023」。愛別町の参加率は51.0%、対戦相手の島根県海士町は、42.7%となり、見事愛別町の勝利となりました。ご参加いただいた皆さま、誠にありがとうございました。

当日は、「アクア・エクササイズ教室」、「ボッチャ大会」、「ウォーキング大会」、「ミニバレー大会」、「あいつ“ぶち”スポッチャ」などの教室・大会を開催し、多くの方々にスポーツに親しんでいただきました。また、職場やご家庭から多くの参加報告をいただきましたことに、心より感謝申し上げます。

例年実施してきましたチャレンジデーですが、今年度の実施をもって終了となりました。チャレンジデーは当日に15分間の運動を行うスポーツイベントですが、日常生活においても、1日10分～15分といった短時間の運動でも積み重ねていけば、スポーツジムなどでの数時間の運動と同程度の便益をもたらすという研究結果があります。運動習慣は、メタボ予防などの身体的な効果のほか、心の調子を整えるメンタルヘルスにとっても、とても意義のあるものです。

ぜひ、このチャレンジデーをきっかけに、これからの日常生活に運動を取り入れていただければ幸いです。



対象人数	参加人数	参加率	勝敗
愛別町 人口2,569人	1,311人	51.0%	勝
海士町（島根県）人口2,237人	956人	42.7%	負

### 参加者の中から10名様に島根県の特産品が当たる！キャンペーン 当選者のみなさま

- 山内多賀典さん
- 高橋虎太郎さん
- 杉本竜牙さん
- 長谷川光男さん
- 中田雅浩さん
- 中井浩一さん
- 下島勝彦さん
- 梅津均治さん
- 横田博さん
- 森川節子さん

※海士町の特産品「キンニャモニャ饅頭」と「白浪」をお贈りしました。



# 遺産見学愛別同好会から 「遠軽町埋蔵文化財センター・郷土館・チャチャワールド」

## 見学のご案内

遺産見学愛別同好会からのお知らせです。この度、下記の要領にて見学会を実施いたします。

皆様の参加をお待ちしております。

●日 時 令和5年 7月26日(水)

8時20分までに役場前集合

8時30分出発 17時00分帰町予定

●参加費 2,000円 当日頂きます(昼食費は含まれておりません)

●見学地 遠軽町埋蔵文化財センター、遠軽町郷土館、瞰望岩、チャチャワールド

●昼食所 道の駅遠軽 森のオホーツク

メニュー：カツカレー・ハンバーグランチ(デミグラス or 和風)

※事前予約制の為、参加申し込み時にどちらかをお伝えください

※どの品も1080円です。80円は会から負担しますので参加費と合わせて

3000円お支払いください

●申込み 7月21日(金)までに下記連絡先までご連絡願います。

遺産見学愛別同好会 村田 和具 Tel: 6-5418

// 上西 征喜 Tel: 6-5480

●定員 20名

※期日前に定員となりましたその時点で申し込みを締め切りとさせていただきます

※参加者が10人未満及び特別な事情の発生によっては中止の可能性がございます

●その他 町のバスを使用します。

新型コロナウイルスの感染状況によっては中止とする場合がございます。

※見学先の動画を作成しましたので

QRコードよりご覧ください



# 第58回 愛別町音楽行進

6月26日(月)午前9時 JR 愛別駅前にて開会式

## ■ 58回目の開催は7団体が出場！

愛別町初夏の風物詩「愛別町音楽行進」が青空の下、開催されました。今回で58回目を数え、町内外から7団体が出場しました。

様々な楽器を演奏し、華やかに行進する出場者に対し、観客の方々から大きな拍手と声援が送られました。

## ■ 4年ぶりの演奏会！

行進終了後、愛別小学校グラウンドにて、4年ぶりに出場団体による演奏会が行われました。演奏会では、各団体ごとに様々なパフォーマンスを披露し、とても盛り上がりを見せていました。

## 出場団体

- ① 愛別小学校
- ② 愛別中学校
- ③ 旭川志峯高等学校
- ④ 旭川龍谷高等学校
- ⑤ 旭川実業高等学校
- ⑥ 陸上自衛隊第2音楽隊
- ⑦ 北海道警察音楽隊・カラーガード隊



## 7月17日は「道みんなの日」

7月17日は、北海道みんなの日～愛称は“道みんなの日”です。北海道のこれまでの歴史、文化や風土について理解と関心を深め、北海道の価値を改めて認識し、道民であることを誇りに思う心を育むことにより、道民が一体となってより豊かな北海道を築いていくことを期する日として平成29年（2017年）に制定しました。

この日をきっかけに、北海道に愛着や誇りを持っていただき、北海道の魅力を再確認しましょう。

# 図書室からのお知らせ



海水浴ほんちゃん

## ♪ 今月のおすすめ図書 ♪

### \* 実用書 \*

### \* 児童書 \*

脳活性あやとり

指を動かすと脳がイキイキ

有木 昭久 (著)

指を動かすことで、手先が器用になるだけでなく、脳が活性化し、認知症予防にもなるあやとり。

すぐに使用できるヒモの付録と、全行程が動画で見られる二次元バーコードが付いているので大人だけでなく子どもにもおすすめの一冊です。



クロコダイルとイルカ

あべ 弘士 (絵) ドリアン 助川 (作)

北海道旭川市出身のあべ弘士さんが手掛けた人気本です。乱暴者で手当たりしだいに食べてしまうクロコダイルはイルカのアヤカを食べようとするも、アヤカの純粋な瞳に恋をする物語です。

愛別町公民館図書室にもあべ弘士さんコーナーを新設しています！



## 他の図書館から本を取り寄せることができます！

愛別町公民館図書室では、図書室に置いていない本を北海道立図書館などの他図書館から取り寄せ、皆様に貸出する相互貸借を行っております。他図書館からの取り寄せを希望される方はお気軽に声をお掛けください。

## 7月 自動車文庫巡回日程表

小学校	子育て支援センター	南町2区 なかよし公園	蔵ら	愛山 万葉寺	愛山 公民館	グループホーム 愛敬	中学校	伝承館
第1・3火曜日				第1・3金曜日				
10:15~ 10:40 13:05~ 13:20	11:00~ 11:30	13:30~ 13:45	13:50~ 14:20	10:00~ 10:15	10:25~ 10:40	11:00~ 11:40	12:55~ 13:15	13:20~ 13:35
4日	4日	4日	4日	7日	7日	7日	7日	7日
18日	18日	18日	18日	21日	21日	21日	21日	21日

### ◆◆図書室の開室時間◆◆

平日

8:30~19:00

土曜日・日曜日・祝日

8:30~17:00