

広報東庄

人が輝き地域が光るまち・とうのしょう

Tonosho Town Public Relations



2021 8

No.664



ICT教育
進んでいます

主な内容

PHOTO/授業の様子

町では児童生徒に1人1台タブレット端末が整備され、授業で活用されています。(関連2ページ)

| | |
|----------------|----|
| ICT教育 | 2 |
| オリンピック・パラリンピック | 10 |
| くらしのカレンダー | 16 |
| コジュリン掲示板 | 18 |

特集

未来を切り開く力を育てる教育

ICT教育進んでいます



▲電子黒板とタブレット端末

児童生徒に1人1台の情報端末を早期導入する、国の「IGAスクール構想」。町は、令和2年度に小中学校の全ての児童生徒が、学習用タブレット端末を使えるように整備しました。また、県内でも、いち早く全ての普通教室に電子黒板を整備し、授業で活用しています。

タブレット端末の活用

小学校573台、中学校328台のタブレット端末を整備し、一部の授業では、調べ学習や発表資料の作成などで活用しています。タブレット端末は、パソコンとしても利用できます。

小学校高学年以上になると、慣れた手つきでタイピングをしたり、自分で考えたことをインターネット検索したりとタブレット端末を道具として使用しています。

電子黒板の活用

電子黒板は、授業だけでなく学校生活にも活用されており、先生や子どもたちは、違

問い合わせ

教育課 学校教育係

☎ 2311

活用方法の実例

小学4年生 総合学習の授業

授業では、インターネット上の地図を利用して、旧小学校付近の危険箇所を調べ、安全マップを作成しました。児童は、画面をスイスイと指で操作し、同級生と危険箇所を確認していました。



▲タブレットで危険箇所を確認

電子黒板を使って 授業をしている先生に お聞きしました



東庄小学校
4年2組担任
田中 克弥 先生

電子黒板の導入によって、授業で伝えたいことを従来よりも容易に図形やイラストなどを用いて、視覚に訴えられるようになりました。インターネットの利用や映像視聴により、児童の反応も、黒板だけの授業よりも手ごたえがあります。電子黒板には、色々な活用方法があると思

うるので、今後も他の先生方と情報共有や研修会を通じて、授業に取り入れていきたいです。



▲電子黒板を操作して説明

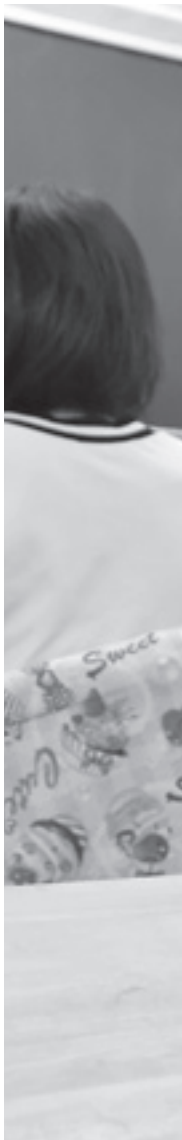
▶電子黒板に直接板書



▶発表資料を表示して発表



▶教科書を電子黒板に表示



和感なく使用しています。

電子黒板は、従来の黒板と同様に、板書したり、図形を描写したりできます。それ以外にも、教科書やノートを表示して書き込む、タブレット端末と接続して発表に使用する、映像を視聴する、タイマー時計に使用する、連絡事項を表示して情報共有に使用するなど、様々な活用をしています。

ICT活用による効果

ICTを取り入れることで、授業の理解を深めたり、課題解決力や表現力が育まれるなど様々な効果が得られています。

また、ICTを活用することで、先生方の負担軽減にもつながります。電子黒板やタブレット端末導入により、教材の準備や板書の負担が減りました。多忙な校務を効率化することで、本質的な教育に時間を使えるようになります。

今年度以降は、町教育委員会では、ICT教育をサポートするためICT支援員を配置し、児童生徒への授業支援や先生方への研修などを充実させます。また、タブレット端末を持ち帰って、家庭での学習やオンライン授業に役立てることを進めていきます。

中学3年生 英語の授業

「ユニークなキャラクターを英語で紹介しよう」という授業で、生徒はインターネットで調べたキャラクターの画像や英単語を利用して、タブレット端末で発表資料を作成しました。タブレット端末で画像を作成したり、カメラで撮影したりなど、タブレット端末をフル活用していました。

資料ができた生徒は、すぐにタブレット端末を電子黒板に接続し、皆の前で発表しました。容易に接続できるので、準備時間も少なく、スムーズに授業が進められていました。



▲インターネットで英単語を検索



▲左からJAかとり共済部長 宮嶋一好氏、代表理事組合長 武田好久氏、町長、教育長

JAかとりから 小学校教材の寄付



▲農業とわたしたちのくらし

7月7日(水)、JAかとり様より教育振興のために、東庄小学校に高学年向けの冊子「農業とわたしたちのくらし」と同DVDの寄付をいただきました。町の基幹産業でもある農業の理解を深めるため、学習教材として活用させていただきます。



▲左から菅谷忠由校長、用務員 嶋田弘子さん、コメリ東庄店店長 吉田大輝氏

コメリ東庄店から 小学校へ花苗の寄付



▲昇降口に設置

6月30日(水)、株式会社コメリ東庄店様より、緑化活動の推進として、東庄小学校に花苗と園芸用の土の寄付をいただきました。寄付された花は、児童の昇降口などに設置されました。

THANK YOU

ご寄付ありがとうございます

問い合わせ

教育課 学校教育係

☎ 2311



▲上手に蹴ってみよう

6/23(水)

鹿島アントラーズのサッカー教室

こじゅりんこども園で鹿島アントラーズのコーチによるサッカー教室が開催されました。この教室は、町と鹿島アントラーズとのフレンドリータウンの協定により年3回実施しています。この取り組みは、県内では東庄町だけです。

子どもたちは、障害物を避けたり、ボールを扱う練習などをしたりして、初めてのサッカーを楽しみました。

フレンドリータウンデイズ

鹿島アントラーズの試合に無料でご招待！次回は9月11日(土)または12日(日)アビスパ福岡戦です。申込はQRコードから



コジュリンくん豆知識



イマドキの言葉、新しい言葉

G I G Aスクール構想？ ICTってなに？

■G I G Aスクール構想

G I G AはGlobal and Innovation Gateway for All (すべての人にグローバルな革新的な入口を)の略。国は、1人1台パソコン端末と高速ネットワーク環境を整備して、子どもたち1人1人の個性に合わせたICT教育を目指しているよ。

■アイシーティー ICT

Information and Communication Technology (情報通信技術)の略で、パソコンだけではなくスマートフォンやスマートスピーカーなど様々な形状のコンピュータを使った情報処理や通信技術の総称だよ。コミュニケーションという言葉が入っている通り、ネットワーク通信を利用した情報や知識の共有を重要視しているよ。

情報があふれる現代において、必要な情報を自ら選び、その情報を活用していくことが大切なんだね。

入園説明会を開催します



保育所 初めてお子さんを入所させる方は入所説明会に参加しましょう！

入所資格

保護者が仕事をしているなど、乳児・幼児を保育できないご家庭

入所説明会

日時 10月23日(土) 10:00～

場所 保健福祉総合センター

令和4年4月から、初めてお子さんを保育園に入所させる方は、必ず出席してください。当日は保育士による臨時保育室を開設します。

現在入所している方は、保育園を通じて書類を配布しますので、今回の説明会へ出席する必要はありません。

問い合わせ

健康福祉課 子育て支援係

☎79-0792



▲町ホームページ

こども園 小学校入学前の教育活動に興味がある方は参加しましょう！

入園資格

平成28年4月2日から平成29年4月1日の間に生まれた幼児

入園説明会

日時 9月18日(土)

10:00～(受付 9:30～)

場所 町公民館大ホール

車でお越しの方は、公民館駐車場、役場駐車場、または水防倉庫場をご利用ください。コロナウイルス感染症予防のため、原則マスク着用、各家庭1人のみご参加いただけます。

問い合わせ

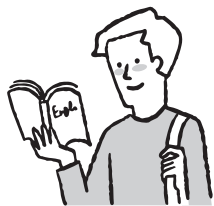
教育課 学校教育係

☎86-2311



▲町ホームページ

町では、教育の振興を図るため、奨学資金(入学準備金等)融資を受けた借入者(高校生以上の保護者)に対して、利子の一部を補給します。ご利用してみたいかができるでしょうか。



奨学資金融資の利子補給制度

ご利用ください

対象者や申し込み方法などの詳細は、町ホームページをご確認ください。

問い合わせ

教育課 学校教育係
☎86-2311



▲町ホームページ

一緒に子どもの成長を支えましょう

こじゅりんこども園 教諭職員募集

町教育委員会では、次のとおり職員を募集します。

職種・人数 幼稚園教諭職 1人

応募資格 幼稚園教諭及び保育士の資格を有する者または令和4年3月までに資格取得見込の者

申込書 東庄町役場2階⑤学校教育係で配布(町ホームページでダウンロード可能)

受付期間 令和3年8月17日(火)から9月13日(月)まで(土曜・日曜を除く)

郵送は9月13日(月)消印有効

第1次試験日 10月17日(日)

試験会場 東庄町役場

採用予定日 令和4年4月1日



問い合わせ・申し込み

教育課 学校教育係

☎86-2311



▲町ホームページ



旧小学校跡地利活用

オンラア未来会議

旧石出小学校を跡地利活用しているオンラア未来会議をご紹介します。

(文・写真提供 オンラア未来会議)

オンラア未来会議は、2020年に東庄町出身者で発足した団体です。「オンラア」とは地域の言葉で「私たち」を指し、町内の地域住民はもちろん、町外の住民も含めて、それぞれが「私たち」として地域の未来を話し合っていきたいという想いを込めて名付けました。

オンラア未来会議では、地域において無価値だとされているものを見直し、手を加えることで新たな価値を掘り起こすことを活動の中心に置いています。取



り組みの一つとして、2020年7月からは、同年3月31日をもって廃校となった旧石出小学校を、知るための施設”TO KNOW”として生まれ変わらせ、地域に開かれた場所として活用すべく運営・管理を行っています。実際にTO KNOWを拠点とした地域住民（オンラア未来会議パートナーまたはメンバー）の個人プロジェクトの推進、フリーマーケットなどの開催、企業などのオフィス利用などが始まっています。

さらに今後は、地域産業をテーマにした学生向けインターンシップをはじめとした若年層向けの場づくりや、自然のなかで遊べるアクティビティの開発、空き家の利活用など、さまざまなことを試しながら、地域の未来がより明るいものとなるよう活動を進めていきます。



▲成人式の写真スポットを無料開放



▲農業体験

空き家の利活用の第一歩として、笹川駅近くの古民家を借り受けました。広いリビングルームと2つの寝室を備えており、家族連れが長期休暇を過ごしたり、アーティストが集中して制作したり、さまざまな用途で使っていただけるように整備しました。

また、TO KNOWがある下総橋駅から1駅で着く利便性の良さ、部屋のひとつが仕事部屋になっているので、リモートワークをしながら数日間滞在するワーケーション利用も可能です。



オンラア未来会議代表
柳堀 裕太 さん

オンラア未来会議 空き家活用中

町の空き家・空き地バンクを利用した、オンラア未来会議の、空き家利活用の様子をお聞きました。



家の中の様子



空き家・空き地バンク 登録者募集

余っている家屋や土地を町の空き家・空き地バンクに登録しませんか？詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ

総務課 企画財政係
☎ 6084





16歳～49歳の方への コロナワクチン接種券の発送

町のワクチン接種済件数は、7月20日現在1回目4,367件、2回目2,213件です。希望者への接種を引き続き進めていきます。

接種券発送及び予約受付開始

予約状況やワクチンの供給状況で変更となることがあります。
予約可能な日は、9月中旬分からとなります。

| 対象 | 発送日 | 予約受付開始 |
|----------|-------|-------------------|
| 40～49歳の方 | 8月13日 | 8月17日(火) 9:00～ |
| 16～39歳の方 | 8月27日 | 8月31日(火) 9:00～ |

予約の受付終了は9月30日

予約の際の注意事項

- ・予約には、接種券番号と生年月日（西暦）が必要となります。
- ・医療機関で直接の予約はできません。
- ・2回目の予約は不要です。1回目の接種後に接種日をお知らせします。

接種当日の持ち物

- ・接種券、予診票、身分証明書（運転免許証等）

接種の際の注意事項

- ・接種券は、台紙からはがさずにお持ちください。
- ・台紙は、接種済証となりますので大切に保管ください。
- ・肩がすぐに出せる服装でお越しください。
- ・体調が優れないなどで当日キャンセルする場合は、各会場へご連絡ください。

新型コロナワクチンQ&A



- Q.** ワクチン接種後に熱が出たら、どうすればよいですか。
- A.** ワクチンによる発熱は、接種後1～2日以内に起こることが多く、必要な場合は解熱鎮痛剤を服用するなどして、様子をみていただくこととなります。
- Q.** 接種後の発熱や痛みに対し、市販の解熱鎮痛剤を飲んでよいですか。
- A.** 発熱や痛みに対し、市販の解熱鎮痛剤で対応いただくことも考えられますが、他のお薬を内服している場合やアレルギー症状を起こしたことがある場合などは、主治医や薬剤師にご相談ください。

東庄町ワクチン接種事務局
(コールセンター)

☎0570-038-567

月曜日～金曜日、第1土曜日
9:00～17:00

インターネット予約

町ホームページより、
新型コロナウイルスワクチン接種について>(5)接種の予約について でアクセス



▲予約ページ

24時間(土日祝日含む)対応可

町外の医療機関や職域接種で接種を行う方は、接種券を事前に郵送いたしますので、保健衛生係へご連絡ください。

問い合わせ 健康福祉課 保健衛生係 ☎79-0911

学生ボランティアが 接種業務に参加しています



▲従事の様子

保健福祉総合センターで行う集団接種業務に、香取おみがわ医療センター附属看護専門学校の学生と教員が、ボランティアとして参加しています。接種がスムーズに行われるよう誘導業務等に従事しています。

海外渡航者の接種証明書発行

海外渡航やその他の事情により予防接種済証とは別に予防接種を受けたことを証明する書類が必要な方へ接種証明書を発行します。



証明書が必要な方は、保健衛生係へ必要書類を提出ください。

必要書類 ①申請書②パスポート（または写し）
③（郵送の場合）切手を貼付した返信用封筒・返送先住所が記載された本人確認書類の写し

年会費 700円 会員募集のお知らせ

交通災害共済の 受付開始

交通災害共済は、地方公共団体が運営する安心で有利な住民相互の共済制度です。是非この機会にご家族そろって加入することをお勧めします。

年会費 700円
共済期間 令和3年9月1日から令和4年8月31日

見舞金対象の事故

自動車、オートバイ、自転車などによる人身事故で、自動車安全運転センターから交通事故証明が発行された事故

見舞金の額

- ①死亡見舞金 150万円
- ②障害見舞金（入院・通院実日数に応じて）
2万円～50万円
- ③身障見舞金（身体障害等級1級又は2級）
50万円
- ④交通遺児見舞金 遺児1人につき10万円

問い合わせ・申し込み

総務課 庶務係
☎86-6082



旧小学校の校旗・校歌額を展示中

町公民館では、東庄郷土史研究会のご協力により旧小学校の校旗と校歌額を展示しています。皆さま、ぜひお越しください。

内容 旧小学校(神代・笹川・橋・石出・東城)の校旗・校歌額
 期間 令和4年3月31日(木)まで
 場所 町公民館 郷土資料展示室(開放時間午前9時から午後4時30分)



▲旧小学校5校の校旗

各種保険税(料)の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により、一定の条件に該当する場合、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料を減免できることがあります。

- 対象
- ①主たる生計維持者が重篤な傷病を負った世帯
 - ②前年同期に比べ収入が10分の3以上減少した世帯

問い合わせ
町民課 賦課徴収係
☎6073

町のために一緒に働きましょう！

町職員募集

職種・人数 一般行政職初級 若干名
 応募資格 平成12年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた者で学歴を問わない。
 申込書 東庄町役場2階⑩庶務係で配布(町ホームページでダウンロード可能)
 受付期間 7月26日(月)～8月10日(火)(土・日除く)
 郵送は8月10日(火)消印有効
 第1次試験日 9月19日(日)
 試験会場 香取市立佐原中学校
 採用予定日 令和4年4月1日



▲町ホームページ

問い合わせ・申し込み 総務課 庶務係
☎86-6082



電話対応をする今年の新人職員



町長日誌 (6月)

- 2日 庁議、課長会議
- 3日 黒部川汚染防止対策協議会会計監査
- 4日 町新型コロナウイルス感染症対策本部会議、千葉県市町村振興協会理事会、農業委員会議会本会議
- 8日 議会本会議、全員協議会
- 11日 議会本会議、全員協議会
- 14日 千葉県市町村職員共済組合理事会・互助会理事会・組合会(オークラ千葉ホテル)
- 16日 全国町村会正副会長会・理事会・政務調査会・財政委員会(自治会館)
- 17日 香取地域農林業振興協議会会計監査
- 18日 全国国民健康保険診療施設協議会定時総会、県新型コロナウイルス感染症対策本部会議
- 21日 香取郡市町会会計監査
- 24日 香取広域市町村圏事務組合議会全員協議会・臨時会(小見川市民センター)
- 30日 庁議



▲左から日本郵便株式会社 橋郵便局長 岩田氏、銚子郵便局長 市川氏、町長、東庄郵便局長 多田氏、小南郵便局長 青野氏

包括連携に関する協定を 日本郵便株式会社と締結

町と日本郵政株式会社は、7月2日(金)に町民の安心安全な暮らしの実現と、町民サービスの向上、地域の活性化等を図ることを目的として、包括連携に関する協定を締結しました。

また、平成29年9月1日締結「東庄町見守りネットワークに関する協定書」、令和2年9月3日締結「災害発生時における東庄町と銚子郵便局及び東庄町内郵便局の協力に関する協定」についても、引き続き取り組みます。

この連携により、日常業務の中で地域の異変・変化について、いち早く町へ報告いただきます。

協定内容

- ・ 高齢者、子ども等の見守り活動
- ・ 道路の損傷等の情報提供
- ・ 不法投棄等の情報提供
- ・ 災害発生時における協力
- ・ 地域経済活性化
- ・ 地方創生

問い合わせ
総務課 企画財政係
☎6084



町民の身近な相談役

高橋依子さんが 人権擁護委員に就任



▲高橋 依子さん

高橋依子さん(小南)が7月1日付けで、人権相談などを行う人権擁護委員に就任しました。町民の身近な相談役として現委員の青柳清一さん(東今泉)、石毛一典さん(鹿野戸)、高橋俊光さん(平山)とともに活動します。

また、2期6年にわたり人権擁護委員を務め、任期満了に伴い退任された北見忠昭さんには、法務大臣より感謝状が贈呈されました。

毎月2回開催

人権行政合同相談所にご相談ください

家庭内の問題、隣近所のもめごと、土地家屋の問題など困っていることをお気軽にご相談ください。

日時 8月3日(火)・17日(火)
13:30~15:30

場所 町公民館 第1会議室
来月以降の開設日は、毎月のくらしのカレンダーを確認ください。

問い合わせ
町民課 町民係
☎86-6070



高橋邦彦さん

聖火を繋いで叶うかつての夢

7月2日(金)、千葉市幕張メッセ駐車場で行われた東京2020オリンピック聖火リレーの点火セレモニーに、高橋邦彦さんが参加しました。香取市小野川で行われる予定だった聖火リレーは、新型コロナウイルスの影響により、点火セレモニーとなりましたが、無事聖火を繋げることが出来ました。参加した感想を高橋さんにお聞きしました。

プロフィール

◎高橋 邦彦

昭和62年4月生まれ。高部出身。元学生アスリート(陸上・走高跳)として聖火ランナーに選出
現役時代の主な成績 2002年全日本中学校陸上競技選手権大会1位、2005年第60回国民体育大会陸上競技少年共通1位

高橋さんにお聞きしました

聖火ランナーの志望動機

スポーツをやっていると、皆、大なり小なりオリンピックを意識すると思います。自分も学生の時は、選手としてオリンピックに出たいと思っていました。月日が経ち、やはりオリンピックに関わりたいという気持ちになり、聖火ランナーに立候補しました。

点火セレモニーの感想

聖火ランナーは大役だと思っているので、今回無事に聖火を繋ぐことができてホッとしています。

聖火トーチを持ってみて

とても綺麗だと思いました。思ったよりも重さがあり、ランナーとしてしっかり役目を果たさねばと、より一層気持ちは強くなりました。

オリンピック・パラリンピックに期待すること

コロナで世間は元気がありませんが、出場する選手の皆さんにはベストパフォーマンスをしてもらいたいんです。大会終了後に応援した皆が「選手すごかったね」「やってよかったね」となるのが嬉しいです。



▲現役時代の高橋さん

ボッチャを体験しよう！

ボッチャは、重度脳性まひ者や同程度の四肢重度機能障害者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。ボールを投げたり、転がしたりし



▲目標球にボールを近づけます

て、他のボールよりもいかにジャックボール（目標球）に近づけるかを競います。町公民館では、ボッチャボールを貸し出していますので、ぜひ体験してみてください。

町公民館では、ボッチャボールを貸し出していますので、ぜひ体験してみてください。

どなたでもできるスポーツです！やってみましょう！



▲生涯学習係 伊井さん

問い合わせ
教育課 生涯学習係
☎86-1221

オリンピック・パラリンピック影の選手

ボランティア参加予定です！

ボランティアに参加予定の石毛克身さんに、意気込みをお聞きしました。

がんばります！



プロフィール

◎石毛 克身

昭和30年8月生まれ。

(鹿野戸)

元町職員。現在は、民生委員・児童委員として日々ボランティア活動に勤しむ。趣味は登山・ウルトラウォーク。

オリンピックでは、茨城カシマスタジアムで、フィールドキャスト（大会ボランティア）、シティキャスト（都市ボランティア）として活動します。フィールドキャストは、スタジアム内での大会運営のサポートをします。シティキャストは、スタジアム周辺での誘導・案内などをする予定でしたが、一般観客の受け入れが見送られ、活動は縮小されました。また、パラリンピックでは、オリンピックスタジアムでフィールドキャストとして活動します。

過去には、2002サッカーワールドカップや2019ラグビーワールドカップなどのボランティアをしてきました。海外の方とのコミュニケーションやふれあいがとても楽しく、今回もそういったおもてなしがしたいと思い、ボランティアとして参加することにしました。コロナ禍という状況もあり、活動が制限されることになりましたが、与えられた役割を精一杯頑張ろうと思います。

開催まで、オンラインでの研修やテストイベントで経験を積んできました。ぜひ両大会には、盛り上げてほしいと思っています。

注目種目

個人的には、陸上の審判をしていることもあり、陸上種目の日本選手の活躍を期待しています。

パラリンピック 聖火リレー 採火イベントを開催

千葉県では、8月18日(水)、パラリンピックの聖火の元となる「市町村の火」が「共生社会実現」の願いを込めて、県内すべての54市町村において採火されます。町でも「東庄の火」を採火します。

採火されたそれぞれの火を、市原スポーツレクパーク（市原市）で「千葉県の火」として一つに集火します。千葉県の火は、千葉市での聖火リレー後、開催都市の東京に向けて送り出されます。

問い合わせ 教育課 生涯学習係 ☎86-1221

聖火リレーを町長に報告

7月6日(火)、高橋さんは、岩田町長に聖火を無事繋げたことを報告しました。



▲使用したトーチを持つ町長と高橋さん

町長は「トーチキスで、聖火と想いを繋げられて安心いたしました」と嬉しそうに報告を聞いていました。



介護予防で健康になりましょう

元気アップ教室(運動教室) 参加者募集

椅子を使った運動を主としていますので、安心してご参加いただけます。身体を動かすだけでなく、同年代の方との交流の場ともなっています。

最近体力が落ちてきた、運動の方法を学んで家でもやりたい、そんな方は是非お申込みください。

日時 9月～10月 各3回1コース

(午前の部) 9:30～11:30

(午後の部) 13:30～15:30

場所 町保健福祉総合センターまたは町公民館

送迎 なし

定員 60人(各部15人で各施設30人ずつ)

参加費 無料

対象 町内にお住いの65歳以上の方(先着順)

受付 8月25日(水)まで

※6～7月の教室に参加された方は、お申込みできません。

※参加が決定した方には、改めて日程等の通知をお送りいたします。

問い合わせ・申し込み

地域包括支援センター ☎80-3155



▲こじゅりんリズム体操のワンシーン

町は、高齢者の介護予防として、こじゅりん体操とこじゅりんリズム体操を作成しました。
こじゅりん体操は、高知県高知市の「いきいき百歳体操」をベースに、町独自に改良して作成したものです。立っても椅子に座ってもできる、簡単な筋力アップの体操です。こじゅりんリズム体操は、音楽に合わせて楽しく体

を動かすことができます。高齢者の集まりや介護予防の教室などで、広めていきます。

問い合わせ

地域包括支援センター

☎80-3155



みんなであらう!

こじゅりん体操
こじゅりんリズム体操
ができました

おうちで筋トレ!

プランク

筋トレやダイエットの運動として人気の、体幹トレーニングの“プランク”。筋力がない人も行いやすく腰部にストレスが少ないため、安全で効果的に腹筋を中心に体幹を鍛えることができます。ただし、正しく行われなければ効果は低くなってしまいますので注意!

- ①うつ伏せになり、ひじをついて肩の真下に置く。
- ②つま先を立て、足を腰幅に開く。
- ③肩からお尻をまっすぐにする。
- ④そのまま20～30秒、この姿勢をキープ。

「忙しくて、ウォーキングなんてやってる暇ない!」、「筋力の衰えが気になる」、「痩せたい!」、そんなあなたにおすすめの運動をご紹介します。

20～30秒1セットで
3セット行いましょう!



※頭が下がったりお尻が上がると一直線が崩れるので、注意しながら腹筋を中心に全身に力を入れるのを意識し、息を止めないようにして行いましょう。



2年ぶりに競い合う

第40回東庄町町民体育大会

今年で40回目となる町民体育大会が種目別に各会場で開催されました。新型コロナウイルスの影響で2年ぶりとなる本大会は、ゴルフ、クレール射撃、バドミントン、弓道、バスケットボールの5種目を行います。

各種目、練習時間に限りがある中でしたが、日ごろの練習の成果を存分に発揮していました。



成績（敬称略）

●弓道 7月4日(日) 町弓道場

射詰の部 優勝 増田 全敏（香取市）

本射の部 優勝 岩井 利幸（宿浜）
準優勝 石橋 悠吾（神栖市）

●クレール射撃 6月5日(日) 銚子射撃場

トラップの部 優勝 木内 弘（鹿野戸）
準優勝 飯田 利夫（鹿野戸）

スキートの部 優勝 飯田 敏晴（大友）
準優勝 上田 哲也（仲内）

●バドミントン 7月4日(日) 海上体育館

一般男女の部 優勝 上田 景子（大木戸）・
佐久間 妃佐子（香取市）

準優勝 佐藤 貴浩（大木戸）・
吉田 久美子（菟敷）

子・大人の部 優勝 遠藤 楓（宮本）・
土屋 光正（羽計台）

準優勝 加藤 朋香（大木戸）・
遠藤 豊容嘉（宮本）

ゴルフの結果は、7月号に掲載してあります。
バスケットボール大会は、10月31日(日)に開催予定です。



▲優勝したVentの皆さん



▲強烈なスパイク

ヘルスバレーボール大会

6/20(日)

今年で21回目を迎えたヘルスバレーボール大会は、新型コロナウイルス感染症の予防対策のため、町内の5チームのみで町民体育館で行われました。

コロナ禍で練習時間が限られている中でも、不規則な動きをするボールにみんなで声を掛け合うことで長い時間ラリーが続き、息もつかせぬ攻防が繰り広げられていました。

優勝 Vent 準優勝 POP' NA 3位 POP' NB



▲サポーターの証オレンジリングが配られました



▲講座の様子

認知症サポーター養成講座

7/14(水)

地域包括支援センターは、小学校6年生を対象に認知症サポーター養成講座を実施しました。受講した101人がサポーターに登録されました。

児童たちにとって認知症は、まだ身近な問題ではないようでしたが、寸劇などを通して「認知症の人にどのように接してあげたらいいか」を真剣に考えていました。講座終了後、児童からは「認知症の人に優しく接してあげたい」と声が聞かれました。



いきいき子育て わくわく 児童館

問い合わせ 町児童館 ☎87-0921

おたのしみ会 あそぼう会を実施しました♪

★5月22日(土) おたのしみ会

おたのしみ会では、『お店やさんに行こう!』と題し、親子でバッグやお財布を作り、5つの模擬店に行きました。たくさんさんの景品をお土産に、みんな満面の笑顔でした。

★6月12日(土) あそぼう会

あそぼう会では、自己紹介を兼ねたビンゴゲームをおこない、お友達のことを知ることができました。また、班対抗のレクリエーションでは、5種類のゲームで優勝を目指して、点数を競い、楽しみました。

★あそぼう会



班の皆で
がんばるぞ!

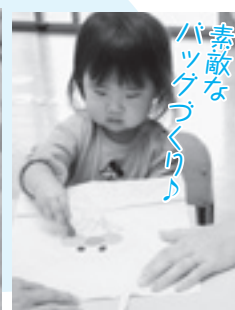


なんこ
かけるかな

★おたのしみ会



どのフルーツが
いいかなあ



素敵な
バッグづくり♪

今後も地域の子どもたちに思い出作りや交流の機会を提供できるよう、行事内容を工夫しながら実施していきたいと思えます。

身近な食材で!

元気レシピ♪

このコーナーでは、町の特産品を使ったレシピや健康増進レシピ、給食レシピなどをご紹介します。

第39回 カブのひき肉あんかけ煮

農政係

冷めてもおいしい カブのひき肉あんかけ煮

東庄町特産のカブを使った料理をご紹介します。柔らかく食べやすい、優しい味の一品です。



● 材料 ● 2人分

| | |
|------------------|--------------|
| カブ(葉も使います) … 2個 | 片栗粉(水で溶く) |
| ひき肉…………… 100g | …………… 大さじ1 |
| 顆粒だし…………… 小さじ1 | 水…………… 200cc |
| しょうゆ…………… 大さじ1.5 | |
| 酒…………… 大さじ1 | |
| 砂糖…………… 小さじ1 | |

● 作り方 ●

- ①カブを4等分に切り、葉は切らずに残しておく。
- ②鍋に水を入れ、顆粒だし、酒、砂糖、しょうゆ、カブ、ひき肉を加えて煮る。ひき肉は塊にならないよう菜箸でほぐす。(葉は③で使うので入れない)
- ③別の鍋でカブの葉をさっと茹でて、透き通った緑色になったら湯を捨て5mmくらいの間隔で細かく切る。
- ④カブを入れた鍋が煮えたら、水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ⑤最後に、③で作ったカブの葉を中央に散らして彩りをつけ完成。

健康里から づくりの

熱中症に ご注意ください



新型コロナウイルスが猛威をふるい続ける中、再び夏がやってきました。

高温多湿の環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなる恐れがありますので、マスク着用時は強い負荷の作業や運動を避け、こまめな水分補給を心がけましょう。また、周囲の人と2m以上離れている場所で、マスクを一時的に外して休憩を取ることでも必要です。

さらに、打ち水や日傘を利用して、涼しい環境を作るのも効果的です。

【打ち水】

撒いた水が周囲を冷やすことで涼しい風が吹き、涼を得ることができます。朝と夕にやると涼しさが持続するため、オススメです。

【日傘】

直射日光を遮り、体感温度を3～7℃下げることがあります。外出の機会が減り、暑さに慣れにくいコロナ禍においての熱中症対策としても有効です。

マスクの着用が必須になっている今、工夫して熱中症を予防しましょう！

問い合わせ
健康福祉課 保健衛生係
☎79-0911

医療の

窓

眼底とは、眼球の内側にある底の部分のことで、瞳孔の奥にあります。眼底にはたくさんの組織が集まっていて、網膜、脈絡膜、硝子体、視神経乳頭などがあり、これらをまとめて眼底と呼びます。

眼底検査は、眼底に異常が起きていないかを調べる検査で、眼底カメラと呼ばれる特殊な器具を使って検査を行います。

健康診断や人間ドックで

眼底検査



国保東庄病院
すがや しんいち
菅谷 晋一 臨床検査技師

も眼底検査が行われていません。検査では、目の病気である緑内障などや、動脈硬化、糖尿病などの病気によって起こる血管の異常、更には脳腫瘍などの病気までもが発見できる可能性があります。

検査方法
検査には、瞳孔を開くために点眼薬を入れて光を当て観察する散瞳型と、瞳孔を開かず検査を行う無散瞳型という方法があります。

検査をお勧めする人
検査は、痛みもなく、時間も長くはかからないので、負担は少ないと思います。体に症状が出ていなくても、検査によって、意外な病気を早期発見、予防することがあります。

問い合わせ
東庄病院 ☎1177


- ・ 散瞳型では、検査が終わってもしばらくは目がかすんだり、光に敏感になっ てしましますが、きちんと 調べることが出来ます。
- ・ 無散瞳型では、検査後の 目のかすみや光に敏感にな るといった違和感はありませんが、眼底の真ん中部分 しか見られないため、眼底 の周辺で起こる目の異常や 症状が確認しづらくなっ て しまうことがあります。
- ・ 次のいずれかに該当する人は検査を受けることをお 勧めします。また、40歳以 上の人は、人間ドックなど で定期的に検査を受けま しょう。
- ・ 糖尿病、高血圧、高脂血 症
- ・ 虫のような黒い点がい く つも飛んでいるように見 える
- ・ 物や人が歪んで見える
- ・ 見えている部分の一部が 欠けて見える
- ・ 視界の真ん中が黒っぽく 暗く見える
- ・ 突然視界が暗くなった、 見えなくなったなどの症 状が出ている



| | |
|------|--|
| 内 科 | 月～金曜日の午前および 第1・第3土曜日の午前 (受付時間は午前11時まで) |
| 整形外科 | 火曜日の午前 (予約制) |

※救急患者については、休診日および時間外でも24時間体制で診療しますので、電話連絡のうえ来院してください ☎86-1177

| | | |
|------|---|---|
| 20日 | 金 | 障害者の就業に関する出張相談（予約制）13:00～16:00 保 3歳児健診 13:30～13:45 保（平成30年2月～3月生まれ） 紙類・衣類・プラマーク 分別収集日 |
| 21日 | 土 | マイナンバーカード臨時交付（予約制）8:30～12:00 役 |
| 22日 | 日 | |
| 23日 | 月 | |
| 24日 | 火 | |
| 25日 | 水 | |
| 26日 | 木 | 子宮がん検診 9:10～14:30 保（対象者には個別通知いたします） |
| 27日 | 金 | ペットボトル・プラマーク 分別収集日 |
| 28日 | 土 | |
| 29日 | 日 | |
| 30日 | 月 | |
| 31日 | 火 | |
| 9月1日 | 水 | |
| 2日 | 木 | |
| 3日 | 金 | 紙類・衣類・プラマーク 分別収集日 |
| 4日 | 土 | |
| 5日 | 日 | |
| 6日 | 月 | 定例健康相談 13:00～16:00 保 |
| 7日 | 火 | 人権行政合同相談 13:30～15:30 公 |
| 8日 | 水 | |
| 9日 | 木 | 心配ごと相談 13:30～15:30 保 司法書士相談（予約優先） 13:30～15:30 保 |
| 10日 | 金 | ペットボトル・プラマーク 分別収集日 |



マイナンバーカード
休日の臨時交付実施
要予約 町民係
☎86-6070

※行事やイベントは、7月21日現在開催予定のものです。

【ひとことアドバイス】

- 「クレジットカード会社から利用した覚えのない請求があった」という相談が寄せられています。第三者による不正利用のおそれもあります。
- 利用明細は必ず毎月確認しましょう。クレジットカードを利用した際の伝票や注文確認メール等は保管しておき、日付や金額等を利用明細と突き合わせて確認しましょう。ま

た、利用明細には、店舗名とは異なる記載がされていることもあります。

- 自分に覚えがなくても、家族がカードを利用している可能性もあるので、家族にも確認してみましょう。
- 不正利用が疑われる場合は、早急にカード会社に連絡しましょう。
香取市消費生活センター ☎50-1300
消費者ホットライン ☎188

くらしの相談

詳細は左記カレンダーを確認いただくか直接お問い合わせください。相談は無料です。

市外局番表記のないものは0478です。

- 人権行政合同相談
町民課 町民係 ☎86-6070
- 消費生活相談
香取市消費生活センター
☎50-1300
まちづくり課 産業振興係
☎86-6075
- 若者の就労相談
ちば北総地域若者サポートステーション ☎0476-24-7880
- 障害に関する出張相談
- 障害者の就業に関する相談
健康福祉課 福祉係 ☎79-0910
- 定例健康相談
- マタニティ・子育て相談室
健康福祉課 保健衛生係
☎79-0911
- 教育相談
教育課 学校教育係 ☎86-2311
- 心配ごと相談
- 弁護士相談（予約優先）
- 司法書士相談（予約優先）
東庄町社会福祉協議会
☎86-4714

そのほかの相談窓口

- 家庭児童相談
香取健康福祉センター ☎52-9161
- 障害に関する相談
香取障害者支援センター
☎79-6919
地域生活支援センターサザンカの里
☎0476-73-4695
- 療育に関する相談
ロザリオ発達支援センター
☎0479-60-0625
- 障害者の就労相談
香取就業センター ☎79-6923

求人情報（ハローワーク佐原管内）

町HPに掲載していません。詳しくは下記へお問い合わせください。
ハローワーク佐原
☎55-1132



庁舎案内

- 東庄町役場 ☎86-1111(代)
笹川い4713番地131
- 東庄町公民館 ☎86-1221
笹川い4713番地131
- 東庄町保健福祉総合センター
☎80-3300(代)
石出2692番地4

今月の納期

8月31日(火)

国民健康保険税 (2期)
町・県民税 (2期)
介護保険料 (2期)
後期高齢者医療保険料 (2期)

忘れずに納めましょう。

- ◆コンビニ・インターネット・LINEPayで納付ができます。
- ◆口座振替の方は残高をご確認ください。
- ◆納期を過ぎますと延滞金がかかります。

町民課 賦課徴収係 ☎86-6073

不燃物・資源物の収集日

| 曜日 | 地区名 | ビンカン | 不燃物 |
|--------------------|--|---------------------|---------------------|
| 月 | 大久保・舟戸 稻荷入・鹿野戸 新宿・八重穂 夏目 | 8/2 8/16 8/30 | 8/9 8/23 9/6 |
| 火 | 東和田・神田 小貝野・本郷 平山・仲内 石出・東今泉 | 8/3 8/17 8/31 | 8/10 8/24 9/7 |
| 水 | 八木山・高部・大友 平台・根方・新田 竜神台・今郡・谷津 羽計・宮本・小座 | 8/4 8/18 9/1 | 8/11 8/25 9/8 |
| 木 | 青馬・羽計台 東庄住宅 菰敷・宿浜 | 8/5 8/19 9/2 | 8/12 8/26 9/9 |
| 土 | 粟野・大木戸 東町・小南 | 8/7 8/21 9/4 | 8/14 8/28 |
| 金 | 紙類・衣類 | 8/6・8/20・9/3 | |
| | ペットボトル | 8/13・8/27・9/10 | |
| | プラマーク | 毎週金曜日 | |
| 町民課 生活環境係 ☎86-6072 | | | |

| | | |
|------|---|--|
| 8月1日 | 日 | コジュリン朝市 8:00~9:30 (新宿営農組合) |
| 2日 | 月 | 定例健康相談 13:00~16:00 保 |
| 3日 | 火 | 人権行政合同相談 13:30~15:30 公 |
| 4日 | 水 | |
| 5日 | 木 | 子宮がん検診 9:10~14:30 保 (対象者には個別通知いたします) |
| 6日 | 金 | 子宮がん検診 9:10~14:30 保 (対象者には個別通知いたします) 紙類・衣類・プラマーク 分別収集日 |
| 7日 | 土 | マイナンバーカード臨時交付 (予約制) 8:30~12:00 役 |
| 8日 | 日 | 山の日 公民館休館日 救命講習会 9:00~12:00 (佐原消防署) |
| 9日 | 月 | 振替休日 |
| 10日 | 火 | |
| 11日 | 水 | |
| 12日 | 木 | 心配ごと相談 13:30~15:30 保 司法書士相談 (予約優先) 13:30~15:30 保 |
| 13日 | 金 | ペットボトル・プラマーク 分別収集日 |
| 14日 | 土 | |
| 15日 | 日 | 公民館休館日 コジュリン朝市 8:00~9:30 (新宿営農組合) 戦没者慰霊祭 10:30~12:00 公 (送迎車を運行します) |
| 16日 | 月 | 定例健康相談 13:00~16:00 保 |
| 17日 | 火 | 人権行政合同相談 13:30~15:30 公 |
| 18日 | 水 | マタニティ・子育て相談室 9:30~11:30 保 若者の就労相談 13:00~17:00 役 |
| 19日 | 木 | 9カ月児相談 9:30~10:30 保 (令和2年10月~11月生まれ) 4・5カ月児健診 13:30~14:00 保 (令和3年3月~4月生まれ) 心配ごと相談 13:30~15:30 保 弁護士相談 (予約優先) 13:30~16:30 保 障害に関する出張相談 13:30~16:00 (オーシャンプラザ) |

消・費・生・活

よくある質問

不正利用かも！？
利用明細書は必ず確認

【事例】

クレジットカード会社から代金の引き落としができないと、確認の電話が来た。慌てて利用明細を見ると、先月3回に渡って、計50万円以上の心当たりのない請求があった。カード会社に問い合わせ、教えてもらった請求元に連絡をすると、私名義での購入の履歴はないと回答があった。(当事者：70歳代男性)

個人事業税 第1期分の 納期限は8月31日(火)です

納税通知書は8月上旬に送付されますので、納期限までに最寄りの金融機関などで納付してください。また、パソコン・スマホによる納付も可能です。なお、個人事業税の納税は、口座振替制度を利用されると便利です。

問 香取県税事務所
☎54-1314

各証明書の発行 水曜日は19:00まで可能

町では、各証明書の発行を下記の業務時間内で行っています。水曜日は、受け取れる時間を延長していますので、お仕事や諸事情で日中役場に来られない方は、ぜひご利用ください。

業務時間 8:30~17:15

水曜日は19:00まで窓口延長

土・日・祝日と年末年始（12月29日~1月3日）の発行は、平日に予約し、本人が来庁した場合に限ります。

【注意事項】

コジユリン掲示板に掲載の行事やイベントは7月21日現在、開催予定です。最新情報は、町のホームページや各団体へ直接問い合わせください。

暴力団に関する相談

相談者の立場になって懇切に納得に行くよう指導・助言します。

日時 8月18日(水)
10:00~16:00

場所 香取地域振興事務所

問 千葉県暴力団追放

県民会議

☎043-254-8930



水曜日の窓口延長時に発行できる証明書

◎町民係関係

住民票、印鑑証明、戸籍謄抄本、マイナンバーカード交付（要予約）

◎税務関係

所得・収入証明書、納税証明書、課税（非課税）証明書、原動機付自転車・農耕用車両の標識交付、資産証明書、評価額証明書

問 町民係 ☎86-6070

賦課徴収係 ☎86-6073

固定資産税係 ☎86-6073

6月の届出

おすすめやかに ◇出生

| 子の氏名 | 父 | 母 | 区 |
|-------|----|----|-----|
| 林 莉央奈 | 正樹 | 遙 | 宿 浜 |
| 海宝 真人 | 直人 | 美紀 | 小 南 |
| 岡野 流巳 | 文紀 | 麗奈 | 小 南 |

おしあわせに ◇婚姻

| 夫 | 妻 | 区 |
|-------|-------|-----|
| 長谷川拓海 | 野平 紗希 | 新 田 |
| 勝野 怜 | 山中恵里沙 | 菰 敷 |
| 白石 龍輝 | 佐藤 愛海 | 小貝野 |

やすらかに ◇死亡

| 氏名 | 年齢 | 区 |
|-------|-----|-----|
| 川口 やす | 92 | 石 出 |
| 河津 セイ | 89 | 青 馬 |
| 岩井 一男 | 72 | 新 田 |
| 高橋 道子 | 92 | 平 山 |
| 角尻 亀子 | 92 | 新 田 |
| 石橋 喜代 | 94 | 菰 敷 |
| 石井 久枝 | 86 | 大木戸 |
| 武田 二郎 | 94 | 東今泉 |
| 高橋 榮次 | 92 | 仲 内 |
| 五十嵐榮子 | 93 | 宿 浜 |
| 吉田 やい | 102 | 今 郡 |
| 白石 源徳 | 80 | 小 南 |
| 宮内 康正 | 78 | 大木戸 |
| 石毛 いし | 99 | 菰 敷 |
| 菅井 清 | 75 | 大木戸 |
| 川本 實雄 | 77 | 羽計台 |
| 大根恵治郎 | 88 | 神 田 |

この欄への掲載を望まない方は、届出時に窓口へお申し出ください。

人口と世帯（7月1日現在）

| | |
|-----|---------------|
| 人 口 | 13,493人 (-44) |
| 男 | 6,765人 (-24) |
| 女 | 6,728人 (-20) |
| 世帯数 | 5,236戸 (-16) |
| | () は前月比 |

東庄町短歌会

田植え済み緑いや増す田園に
ひときわ目立つ白鷺の群
この夏も花火上がらず祭りなく
孫の浴衣は反物のまま
せせらぎを聴きつつ汗する沢の道
垂水絶景思い描きて
外出を自粛の日々に懐メロを
聞きつつ思ふあの日の頃
枯れ草を燃やすけむりをかき分けし
学生五人の電車すぎゆく
五月雨に浮かれて遡上す鯉の群
背を見せ植田をはねのぼりくる
星月夜青田の中の帰路をゆく
光ほのかに匂ひ立つ水
五月晴れつつじのめぐり草を引く
老鶯の啼くわれも真似せり

高橋 清忠
畠中 時子
飯島 純子
海上 義治
鈴木 久子
岩瀬多喜江
野口ひさ子
青野 充子



東庄町
イメージキャラクターコジュリンくん

コジュリン 掲示板

募 集

防衛大・防衛医科大 学生

受験資格

高卒（見込含）～21歳未満（推薦は成績優秀等）

◆防衛大学校（推薦・総合選抜）

申込受付 9月5日(日)～10日(金)

試験日 9月25日(土)、26日(日)

（総合選抜は25日(土)のみ）

◆防衛大学校（一般）

申込受付 7月1日(休)～10月27日(水)

試験日 11月6日(土)、7日(日)

◆防衛医科大学校医学科

申込受付 7月1日(休)～10月13日(水)

試験日 10月23日(土)

◆防衛医科大学校医学科看護学科

申込受付 7月1日(休)～10月6日(水)

試験日 10月16日(土)

問・用 自衛隊成田地域事務所

☎0476-22-6275

8月は経済産業省主催の
電気使用安全月間です。

プラグはとまるときコンセントから抜いて、乾いた布などで拭きましょう。

ホコリが溜まらないように掃除しましょう！

関東電気保安協会 <https://www.kdh.or.jp/>

県立旭高等技術専門学校 推薦入校生

募集科目 NC機械加工科 7人

自動車整備科 10人

応募資格 令和4年3月に高等学校

卒業見込みで、学校長が推薦する方

募集期間 8月30日(月)～9月24日(金)

選考日 10月7日(休)

入校日 令和4年4月6日(水)

その他 随時施設見学可能です

※詳しくはお問合せください。

問・用 県立旭高等技術専門学校

☎0479-62-2508

催し・お知らせ

県民の森 イベント

◆テニス教室

日時 9月18日(土) 9:30～15:00

人数 20人程度（先着順）

参加費 大人1,700円、中学生以下
1,100円/1人（昼食、保険込）

持ち物 ラケット、運動靴、タオル、飲み物など

◆山野草展示会

日時 9月26日(日) 9:00～15:00

◆フリーマーケット出店者募集

場所 山野草展示会会場

参加費 1区画(4m×4m) 500円

問・用 東庄県民の森

☎87-0393

赤十字防災ボランティア一般説明会 防災の勉強をしてみませんか

赤十字防災ボランティアは、災害が発生した際、緊急救援活動および自立支援活動を目的とした組織です。

日時 8月28日(土)

10:00～17:00

場所 町オーシャンプラザ

内容 【午前の部】赤十字防災ボランティアの活動について【昼食】非常食試食【午後の部】救急法基礎講習会

参加費 お問い合わせください

申込期限 8月18日(水)まで

問・用 福祉係 ☎79-0910

千葉県少年少女オーケストラとアキラさんの大発見コンサート2021

子供から大人までどなたでも楽しめるプログラムです。若さあふれる素敵な演奏と楽しいお話を聴きに来ませんか？

【出演】宮川彬良（指揮・お話）宮川知子（ピアノ）千葉県少年少女オーケストラ（管弦楽）佐治薫子（音楽監督）

日時 8月21日(土) 14:00開演

会場 千葉県東総文化会館大ホール

料金 全席指定 1,000円

問 千葉県東総文化会館

☎0479-64-2001

我が家の
ペット自慢

町内在住のかわいいペットの自慢を紹介します。
ご応募ありがとうございました。

台風や暴風暴雨の時は、
外飼いの犬は家に
しまっておきましょう。

塚本ぼんすけ
畑の芋掘りを手伝って
くれます (^_^)

岡野ベティ・ダニー
ベティは老猫ダニーの事が大好きで、いつも一緒(´▽`)

島田まる
新しく増えた家族の
一員 ☺お散歩大好き

みんなが主役

クラブ活動日誌

File #10

ヴァン ヘルスバレー Vent

ヘルスバレーボールは、1チーム男女混合6人（男性は3人以下）で行い、15点先取で2セットを取ったチームが勝ちます。ボールを当てるのは、手だけではなく足や頭などどこを使ってもOK。独特な楕円形のボールはどこに飛ぶのかわかりません。

フランス語で「風」を意味する「Vent」がチーム名。結成は、平成29年5月。結成して初めての町の大会では、ボロボロに負けて悔しい思いをしたそう。1年間その悔しい思いを胸に一生懸命練習をして、翌年の大会で見事優勝しました。今年の大会でも優勝し、今では町の強豪チームの一つとなりました。

現在は、男性5人、女性8人の13人で活動しています。メンバー全員、明るく仲良しで



▲試合形式の練習

す。練習中もボールが思わぬ方向にいても、笑いが出る和やかな雰囲気ของทีมです。

メンバーにヘルスバレーボールの魅力を知ると「ボールが拾えなくても楽しい」「楽しみながら体を動かして健康になれる」と話してくれました。バレーボールの経験がない方でも、楽しく出来るスポーツです。気軽に体験してみませんか。



活動メモ

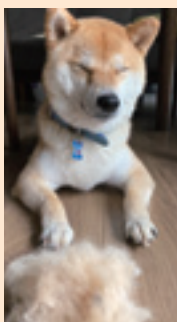
対象者 / 中学生～
(性別は問いません)
活動日 / 毎週月曜日
19:00～21:00
活動場所 / 東庄小学校体育館
連絡先 / ヴァン Vent代表 五十嵐
☎090-8007-0107

旬の風

愛犬が換毛期に突入しました。ポコポコと抜けるのが楽しくて、ついつい指でつまんで抜いてしまいます。気持ちよさそうな犬の顔を横目に膨れ上がる抜け毛の山。その様子を見ていた薄毛の父は、「そんなに抜いたら、かわいそう」と言っていました。

さて、話は変わりますが、広報東庄の担当になり早4か月。快く取材にご協力いただいたり、話題を提供していただいたり、本当にありがとうございます。皆さまのご協力無くして、広報東庄は発行できません。また、感想や反応をいただける、とても励みになります。犬のしつくと同じで、私のこともよい記事が書けたときやよい写真が撮れた時は、どんな褒めていただけると嬉しいですよ。

(さ)



▶ 抜け毛がたっぷり