

冬こそ、行おう！

～ 足腰かるやか教室（腰痛・膝痛予防教室）～

12月2日、8日の2日間、65歳以上の方を対象とした「足腰かるやか教室（腰痛・膝痛予防教室）」がスマイルで開催されました。2日目の教室は、理学療法士の三浦あきさん（由利組合総合病院）を講師として招き、生活の中で腰や膝などに負担がかからない身体の動かし方や、簡単な全身のストレッチと筋力トレーニングなどを紹介していただきました。約50人の参加者は、「痛みの無い範囲で優しく行うこと、息を止めないこと」などのアドバイスを守りながら具体的な



実際に体を動かしながら説明する講師の三浦あきさん(左上) 体の動かし方を学びました。

人と犬がつないだ絆のお話し

～ セラピードッグ動物介在療法 人と犬との命の絆～

12月8日、金浦小学校で金浦小・中学校PTA合同講演会「いのちをつなぐ～人と犬との命の絆～」が開催され、金浦小児童と父兄らが聴講しました。

講師に、セラピードッグなどの動物介在療法に長年携わり国内の第一人者である（一財）国際セラピードッグ協会代表の大木トオル氏を招き、高齢・障がい者施設でのセラピードッグの活躍や、人と犬とがつないだ命の絆などの実話をお話しされました。

後半、現役で活躍しているセラピードッグ3頭が登場し、児童らも車いすでの介助体験などに参加しました。



セラピードッグの介助体験と講師の大木トオル氏（左上）

目標を設定し、夢にむかって努力

～ ともしび野球教室～

12月11日、TDK屋内練習場を会場に「ともしび野球教室」が行われ、市内の野球スポーツ少年団の団員ら約80人が参加しました。これは当市に縁があった企業や有志の方々が企画し実現したもので、与田剛氏、駒田徳広氏、落合英二氏ら元プロ野球選手が集い、基本動作を中心に熱心に指導を行ってくれました。

講師の独特のオーラや身体の大きさに圧倒されながらも指導を受けた金浦野球スポ少4年、斎藤権人くんは「プロから学んだことを活かし、春には背番号1番をつけて活躍したい」と興奮気味に語ってくれました。



指導する伊東勤氏（左）とアロンゾ・パウエル氏（上）

これまでの尽力に感謝 さらなる発展を誓う

～ にかほ市芸術文化協会設立 10周年記念式典～

11月26日、スマイルを会場に、にかほ市芸術文化協会設立10周年記念式典が開催され、関係者ら約100人が参加しました。式典では、畠山紘一会長が多くの関係者への感謝と地域の芸術文化振興に更なる奮起を誓いたいと話されました。また、協会設立に尽力された4人へ表彰状が手渡されました。

大川寿美さん（室沢）市芸術文化協会顧問（初代会長）
遠藤トミ子さん（芹田）仁賀保吟友会
須藤兵一さん（大竹2区）金浦陶芸愛好会
川北タミ子さん（黒川）藤扇流雅風会



4人の功労者と畠山会長（中央・左上）

一流アスリートと触れ合う

～ SOMPOボールゲームフェスタ2106～

12月3日、4日に象潟体育館を主会場にSOMPOボールゲームフェスタ2016が開催されました。これはボールゲームなどを通じ、スポーツの楽しさや魅力を再発見してもらおうと、市と日本トップリーグ連携機構が企画したもので、市内の全スポーツ少年団の団員・父兄ら526人が参加しました。

ラグビーやバレーボール等の元日本代表選手で構成された12人の講師らは、自身の豊富な経験を活かし、楽しくも緊張感のあるプログラムで、当市の次世代アスリートと触れ合い、心地いい汗を流していました。



一流アスリートと触れ合うスポーツ少年団の団員

地域で頑張る女性との意見交換会

～ 女性の手で地域を元気にinにかほ～

12月7日、「女性の手で地域を元気にinにかほ」がにかほつとを会場に開催されました。これは、あきたFF推進員（※）と地域で活躍する女性団体との意見交換を通じて地域の課題発見や元気創出を図ることなどを目的に県内各地で開催されています。今回は、にかほ市旅館ホテル業組合の女将さんたちとの意見交換会として開催され、「各種イベントを通じて宿泊客の増加や市内での滞在時間を増やせないか」など、観光業に関わる方ならではの意見が交わされていました。 ※市町村が行う男女共同参画施策で推進的な役割を担う人材



秋田県中央男女共同参画センターが実施主体