

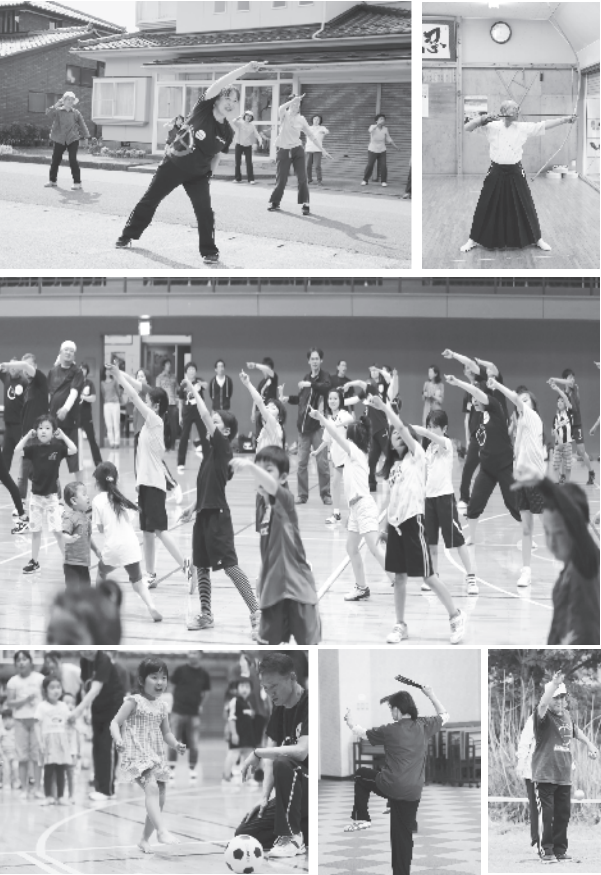
大分県豊後高田市に及ばず

～チャレンジデー 2017～

5月31日、チャレンジデー 2017 が行われ、大分県豊後高田市と15分間以上の運動・スポーツをした人口の割り合いを競いました。

市内全域で、早朝から午後9時まで総勢1万人以上の方が参加したチャレンジデーでしたが、残念ながら敗戦となりました。対戦結果は次のとおりです。

にかほ市	人 口	25,520人
	参加者	10,691人(参加率41.9%)
豊後高田市	人 口	23,106人
	参加者	12,401人(参加率53.7%)



いつまでも咲き続けるように

～「人権の花」運動～

5月31日、平沢小学校で「人権の花」運動が行われ、5・6年生126人による花植え作業が行われました。

この運動は、互いに協力しながら花を育てることを通して、命の大切さや思いやりといった人権思想に対する理解を体得してもらうとともに、豊かな人権感覚を身に付けてもらうことを目的に実施されています。

苗の植え方の説明を受けた後、児童たちは3人一組になり丁寧な手付きでプランターに日々草3株を植栽。水やり当番を決め、みんなで大切に育てていくことなどを確認しました。



真剣な眼差しの児童たち



パネルを使って分かりやすく説明する消防団員

もしものときに

～にかほ市消防団女性部幼児防火教室～

県民防災の日にあたる5月26日、にかほ市消防団女性部による防火教室が星城保育園を会場に行われ、園児約20人が参加しました。

教室では、火災が発生した建物の中では煙による被害を受けないことが大切なことから、姿勢を低くして避難するなどの行動を実践しました。次に行われた消防に関する2択クイズではほとんどの園児が正解し、出題した女性消防団員も驚いていました。

最後に女性消防団員から防災グッズのホイッスルが配られると園児たちは大変喜んでいました。

鳥海山麓を離れ、ひとつふたつ舞い踊る

～食と芸能大祭典 2017・冬師番楽出演～

5月26～28日にかけ、秋田駅前周辺を会場に「食と芸能大祭典 2017」が開催され、27日にアゴラ広場で行われた秋田グルメ屋台&伝統芸能演舞ステージでは、当市を代表して冬師番楽が出演しました。

鳥海山麓に伝わる本海流を源流とする冬師番楽は、例年8月のお盆の頃に集中して本舞を行います。この日は地元を離れ、周りをビルが取り囲むなか、「御獅子」と「三番叟(さんばそう)」の2演目を演じました。

普段と違う環境のなかでの演舞もまた一興と、お盆に向けての肩馴しと奮起する演舞者たちの姿がありました。



太鼓を叩き、鐘を鳴らし、扇で舞う三番叟

10歳若返る!? ウォーキング法

～インターバル速歩講習会～

5月28日、森川真悠子さん(信州大学大学院・医学博士)を講師としたインターバル速歩講習会が金浦公民館で開催され、市民ら40人が受講しました。

インターバル速歩とは、早歩きとゆっくり歩きを数分間ずつ交互に繰り返すウォーキング法で、筋力・持久力を無理なく向上させることができます。また、生活習慣病などのリスクの改善にも効果があるなど運動を核とした予防医学としても注目されています。

参加者からは「飽きずに続けられそう。さっそく明日からやってみよう」という声がありました。



手軽さも長く続けることが出来るポイント