

別海町学校開放事業のお知らせ

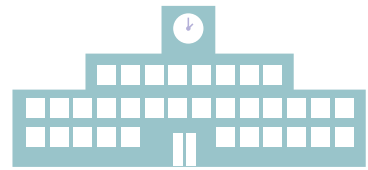
■**開放期間** 平成28年5月1日から平成29年3月31日まで

※ただし、平成28年12月25日から平成29年1月7日までは休館とします。

■**開放施設** 下記に記載されている学校の屋内体育館

■**利用対象** 町民で構成された団体

■**開放時間** 平日(月から金曜日)午後7時から10時までを基準とします。詳しくは各学校へ確認してください。



学校名	前年度利用種目	学校開放主事	学校開放主事補	電話番号(学校)
別海中央小学校	バレーボール、バスケット、空手 他	稲村 和典	根本 渉	75-2054
中春別小学校	ソフトバレー、ミニテニス、バスケット 他	盛 繁治	荒 雅樹	76-2013
上春別小学校	ソフトバレー、バドミントン 他	木村 郁夫	金森 卓哉	75-6364
野付中学校	バスケット、フットサル 他	藤井 薫	三宮 貴史	86-2019
上風連中学校	ミニバレー、バドミントン、太鼓、卓球 他	伊藤 秀則	上野 資幸	75-7302
中西別中学校	ミニバレー、バスケット、ミニテニス、野球、太鼓 他	金澤 守	鈴木 章夫	75-6631
別海中央中学校	バレーボール、バスケット、空手 他	青坂 信司	中山 生欧	75-2251

祝日、又は学校行事等により開放できない場合がありますのであらかじめご了承ください。

利用のきまり

- ①利用を希望する団体は必ず登録及び申請をし、個人利用は不可とします。
- ②利用団体は自主管理を基本とし、体育館の開閉や鍵の管理など責任をもって実施してください。
- ③利用後は必ず清掃し、利用日誌に記入してお帰りください。
- ④施設の備品は大切に使い、万が一破損した場合は、すみやかに学校開放主事又は主事補(各校校長及び教頭)へ連絡してください。
- ⑤原則として、5人以上の団体はスポーツ傷害保険に加入してください。
- ⑥学校敷地内での喫煙、飲食は禁止とします。
- ⑦その他、学校開放主事又は主事補の指示及び注意を守ってください。

■問合せ／

各学校開放事業指定校

TEL：上記「開放指定校一覧」参照

社会体育担当(内線3715)



別海町生涯教育研究所所報

育てよう別海町の『学びの木』

別海町幼小中高生 「生活と健康に関するアンケート」結果

別海町生涯教育研究所では、子ども達の望ましい生活習慣の形成に向けた取り組みを推進するため、平成18年度より子ども達の生活と健康に関する実態調査を実施しています。

昨年度、3回目となるアンケート調査を行い、結果を研究紀要第14号として発刊しました。教育委員会ホームページにて公開していますので、ぜひご覧ください。

子ども達の健やかな成長を願って、今後もより一層、普及啓発活動に取り組めます。アンケートへのご協力ありがとうございました。

■ホームページ <http://b-school.jp/blog/kyoui/>



早寝早起き朝ごはんテレビを止めて外遊び

簡易軌道に関する資料を集めています



かつて、道東の開拓を支えた小さな鉄道「簡易軌道（殖民軌道）」。本町でも昭和46年まで村営軌道が運行しており、当時の車両などを町指定文化財に指定して保存しています。

釧路市立博物館では10月末から簡易軌道に関する展示会を開催し、本町でもその巡回展を開催する予定です。この機会に簡易軌道の歴史について調査を行いますので、当時の写真、書類、きっぷ、道具などの資料をお持ちの方、当時のお話を聞かせていただける方は、ぜひお知らせください。

連絡先／文化財担当（内線3712）

乳幼児母親
家庭教育学級

「すくすく学級生募集」

中央公民館から

楽しく学び楽しく子育て

別海町乳幼児母親家庭教育学級（通称すくすく学級）では、子どもが明るく元気にのびのび育つよう支援するのはもちろん、「お母さんが元気になれる学びの場」を目指し、様々な学習の場、体験の場を設けています。

特にはじめの子育ては、悩みの連続です。お母さん達が集まると、皆が同じ悩みを持っていることがわかり、話をするだけで心がすっきりします。転入で新しく町民になられた方、人の輪に入るのがちょっと苦手という方も、お気軽にご参加ください。



■対象 町内在住の0歳児から3歳児までの乳幼児とその母親及び妊婦

■学習日等 通学できる方向けの「通学部」、働いている方や外出が困難な方向けの「通信部」があります。

通学部

定例学習会 5、6、7、9、10、11、12、2、3月に月1回開催

体験学習（移動教室）6、7、8、9、10、11、12、1、2月に月1回開催

開催時間 午前10時から11時45分頃まで ※体験学習は、午後2時頃まで

開催曜日 原則、中央公民館は木曜日、東公民館は火曜日、西公民館は水曜日の開催としますが、変更する場合があります。

通信部

自宅で、毎月送付される通信や資料を基に学習することができます。都合がつかうときには、通常の学習会や体験学習に参加できます。

■学習方法 講義や意見交流、体験活動など、本町の「学びの木」の発達課題（乳幼児期）を基に月ごとに学習テーマを設けて学習。

■講師 別海町生涯学習推進アドバイザー 右代 華奈子、松岡 かおり

■参加費用 年間1,000円 ※開級式に納入 ■申込期限 5月13日(金)

■申込方法 電話連絡の場合は最寄りの公民館へご連絡ください。

FAX又はEメールを利用する場合は、中央公民館へご連絡ください。



開設場所	開級式	申込先	FAX、Eメールで申込む場合
中央公民館	5月25日(水)	中央公民館 TEL75-2146 FAX 75-0750 Eメールtyouu@betsukai.jp	- 学習者（母親）氏名 - 乳幼児の名前と生年月日 - 郵便番号と住所 - 電話、FAX番号 - 通学希望公民館名 - 通学部、通信部の希望 を明記してご連絡ください。 2日以内（土、日、祝日を除く）に受付確認の返信がない場合は、中央公民館へお問合せください。
東公民館	5月24日(火)	東公民館 TEL86-2141 FAX、Eメールは中央公民館と共通	
西公民館	5月20日(金)	西公民館 TEL77-2250 FAX、Eメールは中央公民館と共通	

別海町平成寿大学 入学生募集

平成寿大学は、バラエティーに富んだ内容の学習会を行う「学びの場」であるとともに、「交流や生きがいづくりの場」でもあります。町内にお住まいの60歳以上の方は、どなたでも気軽に楽しみながら学べる大学です。多くの皆さんの入学をお待ちしています。

- 開催場所 中央公民館、東公民館、西公民館、地域センター等
- 開催期間 5月から翌年3月まで 毎月1回程度 午前10時から
- 学習内容 教養と知識、心と体の健康に関する講座や実技です。希望者によるクラブ活動も行なっています。
- 募集人数 各大学とも100名程度
- 参加費用 1,000円
- 申込期限 5月13日(金)
- 申込方法 各申込先に電話又はFAXでご連絡ください。

地 区	入 学 式	申 込 先
上春別	5月6日(金) 地域センター	老人クラブを通じてお知らせします。
別海、中春別、中西別、上風連、本別海	5月18日(水) 中央公民館	中央公民館 TEL75-2146 FAX75-0750
尾岱沼	5月20日(金) 東公民館	東公民館 TEL86-2141 FAX86-2142
西春別	5月25日(水) 西公民館	西公民館 TEL77-2250 FAX77-2407

第39回 「べっかい子どもまつり」のお知らせ

中央公民館で「べっかい子どもまつり」を開催します。
家族、友達、みんなで遊びに来てください。

- 屋外イベント ミニSL蒸気機関車乗車体験 など
- 館内イベント 木のおもちゃコーナー、食べものコーナー(無料) など



- 日時 5月8日(日)
※雨天の場合、屋外イベントのみ中止
午前10時から午後2時
※食べ物の提供は材料が無くなり次第終了。
- 会場 中央公民館
主催・問合せ／中央公民館 TEL75-2146

キルト ナカニシ20周年記念

パッチワーク キルト展

下記のとおりキルト展を開催します。

ぜひ、ご来場ください。

- 日時 5月28日(土)、29日(日)
- 会場 中西別ふれあいセンター
- 主催 キルト ナカニシ
- 主管 中央公民館中西別分館

エンジョイ★水中運動レッスン

今年の水中運動レッスンは水曜日に行います。身体に負担の少ない水の中で、仲間とともに楽しく身体を動かしましょう



- 期 間 5月11日から7月27日 毎週水曜日 計12回
 - 時 間 午後1時30分から2時30分
 - 場 所 町民温水プール
 - 講 師 松野 美哉子氏(カラダ調律師、健康運動実践指導者)
 - 定 員 30名
 - 締切日 5月9日(月)
 - 参加料 無料 施設使用料のみ受講者負担
- ※プールのシーズン券は利用可能。体育館のシーズン券は利用不可。
- 持ち物 水着、水泳用キャップ、バスタオル
 - 注 意 上の血圧が180、下の血圧が110を超えた日は、教室に参加できません。
保険加入等の対応は各自でお願いします。
レッスンの強度は体力の低い方に合わせて行います。

スポーツセンターから

春のエクササイズ教室

ストレッチポールを使用したエクササイズを中心に教室を行います。その他、自宅で簡単にできる運動を紹介します。



ストレッチポールとは 一人でも簡単に身体をほぐすことができる運動器具です。身体の歪みを直したり、安眠や疲労回復などのリラクゼーション効果があるとされています。

- 講 師 田中 こずえ氏(バレエエクササイズサークル講師)
 - 日 時 5月11日、13日、18日、20日、25日、27日計6回
水曜日コース 午前10時30分から11時30分
金曜日コース 午後1時30分から2時30分
 - 会 場 町民体育館2階柔剣道場
 - 定 員 20名 ※本町在住の方優先
 - 締切日 5月9日(月)
 - 参加料 無料 施設使用料のみ受講者負担
- ※体育館のシーズン券は利用可能。プールのシーズン券は利用不可。
- 持ち物 汗拭きタオル、飲みもの

問合せ・申込み 別海町総合スポーツセンター

TEL75-2882 FAX75-0418 Eメールsports@betsukai-pf.or.jp

申込みのときに、氏名、年齢、住所、電話番号をお伝え下さい。

別海町子育て支援センター「はみんぐ」

5月の予定



「はみんぐ」は、子育て中の親子の交流、子育てに関する情報、地域の子育て関連情報の提供の場として、いつでも気軽に利用できる施設です。

子育ての不安や悩みの相談（木曜日 予約制）も受け付けています。

スタッフが親身になってお話をお聞きしますので、お気軽にご連絡ください。

「はみんぐ」1週間のスケジュール

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
時間					
10:00～11:30	午前・午後 自由に遊べます	はみんぐひろば	赤ちゃんひろば	個別相談 (予約制)	ひよこはみんぐ
13:00～16:00	自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます

はみんぐセミナー

24日(火) 午前11時から
11時30分

5月は、簡単に作れるおもちゃを作ります。たくさんのご参加お待ちしております。

今月のこにちは「はみんぐ」

尾岱沼	26日(木) 10:00～11:30 東公民館	予約制
西春別	12日(木) 10:00～11:30 西児童館	

問合せ／子育て支援センター「はみんぐ」 別海寿町1番地 中央児童館内
TEL・FAX 75-1828 Eメール hamingu@arens.or.jp

子育て支援センター及び児童館へのご意見、ご要望などがありましたら、児童館又は福祉課こども・子育て担当（内線 1313・1314）までお願いいたします。

母子健康センターからのお知らせ



マタニティクラス

かわいい赤ちゃんを迎えるために、妊娠、出産について学ぶ教室を開きます。わからないこと、心配なこと、何でもご相談ください。たくさんの方の参加をお待ちしています。

対象 本町在住の妊婦さん

申込締切 各開催日の前日までに、ご連絡ください。
5回全てに参加できない場合、違う月への参加も可能です。開催日は、日程の近いものから掲載しています。

時間 午後1時から2時30分まで

コース	内容	担当者	開催日
第1課	お腹の中で育つ赤ちゃんの様子、妊婦さんの生活、食事について	助産師 管理栄養士	6月7日(火)
第2課	妊娠中に必要な野菜の量について 妊娠中のお口のケア指導	管理栄養士 歯科衛生士 助産師	6月22日(水)
第3課	おっぱいのことについて 1歳になるまでの成長について	助産師	5月11日(火) 7月13日(木)
第4課	赤ちゃんをお風呂に入れてみよう 参加者の記念撮影	助産師	5月25日(木) 7月27日(土)
第5課	出産のおはなし(旧 出産教室)	助産師	5月18日(木) 7月20日(木)

インファントマッサージ教室

オイルを使用したマッサージです。
お母さんと赤ちゃんの絆を深めます。

申込締切
5月15日

6月コース 全4回 6月2日、6月9日、6月16日、
6月23日

時間 午前10時から11時30分頃まで

対象 1歳未満のお子さんとお母さん

料金1回 町内に住所のある方1,000円、
その他2,000円

母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定し、母子健康手帳の交付を受けるよう言われた方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要です。個人番号カードをお持ちの方は個人番号カードを、お持ちでない方は通知カードと運転免許証等の写真付きの身分証明になるものをお持ちください。不明な点は、お問合せください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんのことなど困ったときは、いつでもご利用ください。
問合せ／母子健康センター TEL 75-2262 FAX 75-0337

