

# おただより

～ 越前町生涯学習センター 織田分館 ～

〒916-0215 越前町織田36-1  
織田コミュニティセンター内  
Tel (0778)36-1111 Fax (0778)36-1117

平成30年4月 第273号



～みんなでつくる 地域コミュニティ～

正しい姿勢で過ごせていますか？ 身体の筋肉のバランスはどうですか？

## 体軸トレーニング 体験会

講師：山崎仁史氏（理学療法士・体軸セラピスト）

日時：4月15日（日）午前10時～正午（受付：午前9時40分～）

会場：サンライズ織田

定員：40人（対象：小学生以上）

参加費：一人300円

持ち物：上履き、タオル、飲物（水またはお茶）

申込先：織田地域コミュニティ事務局（TEL 36-1111）

申込締切：4月9日（月）ただし定員になり次第締め切り

※動きやすい服装でご参加ください。

※当日の写真は講師のSNS等で公開させていただきます。ご了承ください。



体幹と体軸の違いは？

体幹：胴体（身体から手足頭を引いた部分）

体軸：身体の軸（頭から足まで上下に貫く意識としての軸）

体幹と体軸の関係は？

「体幹」をうまく使った動きを行うためには「体軸」が必要となります。体軸の意識ができていないと、体幹がうまく機能せず質の悪い動きになります。体幹トレーニングを行う前に、体軸トレーニングで体幹をうまく使うための「身体の使い方」を習得する必要があります。

主催：織田地域コミュニティ運営委員会 ふれあい部会

# 冬季スポーツフェスタ2018



3月11日(日) 織田中学校体育館で越前町体育協会織田支部主催の冬季スポーツフェスタ2018「ドッジビー大会」が開催されました。小中学生から大人まで8チーム(約100人)が参加し、熱い戦いが繰り広げられました。

小学生のすばやい身のこなしに大人は圧倒され、逃げることで精一杯の様子。日ごろの運動量の差が感じられました。

## 子どもたちの素早い動きにたじたじの大人たち



飛び交う2つのディスク!



また、今回新たに、ニュースポーツの「スポーツ玉入れ」を行いました。体育祭の玉入れとは違い、100個の玉をいかに早くいられるかを競うルールです。

なかなかうまく入らず、熱中して玉の行く先に一喜一憂する子供や、上や下へと体を動かすごとに体力を奪われ、日ごろの運動不足を悔やむ大人と、いろいろな場面が見られました。

## ニュースポーツ：スポーツ玉入れ 最後の1個がなかなか入らないのです。



試合の結果は次のとおりです。

### 《ドッジビー》

- 1位 ピー
- 2位 3支部
- 3位 無限∞



### 《スポーツ玉入れ》

- 1位 3支部
- 2位 ピー
- 3位 チームサンフラワー





## ～花木セミナー 「寄せ植え講座と花づくり研修」～ ご参加いただいた皆様ありがとうございました

3月15日(木)午後7時から、織田コミュニティセンター多目的ホールで「花木セミナー」を開催しました。毎年人気のあるセミナーで、今年は62名ものご参加があり、盛況のうちに終えることができました。

講師には、(有)見谷ナーセリーの見谷春美氏をお招きし、方言を交えて楽しく、そしてわかり易く、花や野菜の育て方についてお話いただきました。是非、花の立場になって育成管理をしてください。きっと応えてくれることでしょう!!

### 【今回使用した花の名前】

- ・アリッサム
- ・パンジー
- ・ローダンセマム
- ・プリムラジュリアン
- ・矢車草



## 図書館織田分館からこんにちは！

### ◆ おすすめ本 ◆

#### 『鯉のぼり図鑑』 林 直輝 (小学館)

鯉のぼり文化300年のすべてがわかる一冊。江戸中期に誕生した鯉のぼりの歴史を解説し、江戸時代から現代までの100点以上の逸品や、鯉のぼりができるまでの工程、日本各地の鯉のぼり祭りなどを紹介。



### 【新しくいった本】

#### <一般書>

- 『赤猫』 柴田 哲孝
- 『居酒屋ぼったくり 9』 秋川 滝美
- 『雲上雲下』 朝井 まかて
- 『オンナの奥義』 阿川 佐和子
- 『くるい咲き』 大塚 卓嗣
- 『殺戮の罨』 渡辺 裕之
- 『三国志名臣列伝 後漢篇』 宮城谷 昌光
- 『定年オヤジ改造計画』 垣谷 美雨
- 『山の霊異記』 安曇 潤平 ほか

#### <児童書>

- 『おはなみくまちゃん』  
シャーリー・パレントー
- 『きつねうどんたぬきうどん』  
古内 ヨシ
- 『グドーさんのおさんぼびより』  
たかどの ほうこ
- 『花見べんとう』 二宮 由紀子
- 『ワタナベさん』 北村 直子 ほか



# 生涯学習カレンダー

(生涯学習センター・宮崎・越前・織田・糸生分館 講座等)

日	月	火	水	木	金	土
4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日
	図書館休館日					
4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
	図書館休館日					どよう おはなしひろば 図書館織田分館 14:00～14:30
4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
体軸トレーニング 体験会 サンライズ織田 10:00～12:00	図書館休館日					
4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
	図書館休館日					
4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
昭和の日		図書館休館日		憲法記念日	みどりの日	こどもの日 
5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
	図書館休館日					どよう おはなしひろば 図書館織田分館 14:00～14:30

## ※問合せ先

セ：生涯学習センター TEL34-2000

カ：朝日多目的ホール(カメラアホール) TEL34-2000

糸：生涯学習センター 糸生分館 TEL34-5001

織田文化歴史館・図書館 織田分館 TEL36-2288

織田地域コミュニティ運営委員会事務局 TEL36-1111

宮：宮崎分館

TEL32-7712

越：越前分館

TEL37-7712

織：織田分館

TEL36-1111

バックナンバーと他の地区の生涯学習センターだよりが町のホームページでごらんいただけます  
越前町公式ホームページ → 広報 → 生涯学習センターだより