

# いきいき

生涯学習だより『いきいき』

神流町教育委員会事務局

社会教育主事 茂木 宏隆

## 第3回いきいき教室 7月18日(木)

### ラフターヨガで笑って元気、笑って健康!

群馬ラフターヨガクラブから、女屋かほる先生、狩野守先生を講師に招き、ラフターヨガ教室を行いました。ラフターヨガは、酸素の摂取量が増え、血行促進や免疫力の向上、ストレス解消他、多くの効用が期待されるようです。このヨガは、笑いと深呼吸を組み合わせた健康体操で、世界100か国以上、1万以上のクラブが定期的に活動しているそうです。

「笑う」ことは、“うそ笑い”でも脳は笑っていると判断するため、同じ効果があるというので、ぜひ試してみてください。参加されたみなさんは、とてもスッキリして満足げな表情でした。



#### 〈参加者の感想〉

- ・ 笑いがこんなに体に良い事が分かり、とても良かったです。少しずつ続けてみようと思います。
- ・ 今回で2回目ですがリフレッシュできました。1人でも家でやりたいです。

## PTA教養委員会「人権学習映画上映会」8月2日(金)

### 映画を見て、「勇気」や「やさしさ」について親子で考えました



神流小中PTAと教育委員会の共催で人権をテーマとした映画を親子で視聴しました。3本見た中には、小さい子にはやや難

しいものもありましたが、みんな最後まで真剣な顔で映画を見ていました。PTA役員の方が一人ひとりにポップコーンを用意してくださり、本当の映画館のような演出も、とても良かったです。勇気をもって、やさしい人になろうと、思ってもらえたようです。

#### 〈参加者の感想〉

- ・ 人権教育には更に取り組む必要がある。年に一度ではなく、数回行ってほしい。

# 第41回少年の主張西部地区大会 8月8日(土)

## 優秀賞 黒澤 涼さん「今の私にできること」

8月3日（土）高崎市榛名文化会館エコーで、第41回群馬県少年の主張西部地区大会が開催されました。神流町の代表として中里中学3年の黒澤涼さんが、「今の私にできること」という題で発表してきました。西部管内の多くの関係者が見守る中、堂々と落ち着いて、とても立派な発表し、惜しくも県大会出場はなりませんでしたが、「優秀賞」となりました。

# 神流自然楽校 7月26日(金)

## 第4・5回体験学習会 森戸でテント泊&川遊び

27日(土)



テント張りも上達し



野菜たっぷりカレーはうまい



いつまでもきれいな川で

今年は森戸キャンプ場を使い、キャンプをしました。はこだたみや榎森キャンプ場とは違い、川の向こうに万場地区の家が見えて、少し安心できる感じがありました。子どもたちは、テント張りにだいぶ慣れて、手際よくなりました。カレー作りもうまくできました。経験は成長の糧ですね。みなたくましく成長しています。

### ＜参加者の感想＞

- ・自分たちでごはんを作ったり、テントを立てたりするのが楽しかったです。みんながカレーを「おいしい」と言ってくれうれしかったです。
- ・テント泊はおもしろくて楽しかったです。川は冷たくて楽しかったです。

### ＜保護者の感想＞

- ・テント泊や料理、片付けなど、様々な体験ができて良かったです。続けてほしい行事です。

# 11月1日は「神流教育の日」です

## 10月1日から11月30日は「神流町教育重点期間」です

期間中は、小学校運動会、神流町体育祭、いきいき教室、中里中学校「水明祭」、神流マウンテンラン&ウォーク、神流恐竜フェスタ2019、各種体育団体の大会などの事業を行います。詳しくは回覧文書や、ふれあいチャンネルをご覧ください。