

岩舟地域青少年育成会議だより **38号**

みんなで



■発行 岩舟地域青少年育成会議 事務局:栃木市岩舟町静2292-1 栃木市岩舟公民館内 TEL.0282-55-2500



11月26日、第12回ウォークラリー大会が小野寺地域周辺で行われ、家族やなかよしグループ90人が参加しました。参加者はAコース(3km)・Bコース(6km)に分かれ、小野寺地域の社寺や旧跡などを巡り岩舟の歴史に触れました。チェックポイントではクイズや、モルック・スリッパとぼしのゲームに挑戦し大人も子どもも元気に楽しみ、ゴール後はお菓子つりに歓声が上がっていました。

スタッフ39名・中学生ボランティア23名で運営し、岩舟中学校生の明るく元気に一生懸命活動する姿は頼もしく感じられました。

第12回 ウォークラリー大会

～歩いて見つけた町の歴史と自然～



■ おかしつり ■



■ 大慈寺 ■



■ 住林寺 ■



■ 村檜神社 ■



■ 小野寺城跡 ■



■ スリッパ飛ばし ■



■ モルック ■



中学生ボランティア
がんばってます！



岩舟の子どものための支援事業

親子学び合い事業 ～ネット時代の歩き方講習会～

10月3日静和小学校・11月14日岩舟小学校・1月25日岩舟中学校にて、とちぎネット利用アドバイザーの今村陽子氏と花澤久美子氏、合同会社ロジカルキットの下田太一氏を講師に迎え講習会を行いました。



青パト巡回再開！



コロナ禍により中止していた青パト車による防犯パトロールを9月から再開しました。「地域ぐるみあいさつ・防犯運動」の一環として毎週水曜日、子ども達の下校時間にあわせて巡回をします。

また、8月23日岩舟公民館にて巡回の協力者が講習会に参加しました。市内の実情とパトロールにあたっての注意点などを聞き、安全に対する意識が高まりました。

共催事業

「岩舟の子どもをみんなで育てよう」講演会

コロナで何が変わった学校教育？

親も学ぼうIT&コミュニケーション

宇都宮大学教育学部 自然科学系技術分野
教授 川島芳昭氏

1月27日、コスモスホールにて講演会が開催されました。コロナ禍により、子ども達が一人1台タブレット端末を持つようになりました。その教育環境の変化を保護者も理解し、家庭教育に生かすためのヒントを学びました。SNSなどのネットコミュニケーションの問題を、事例をもとにわかりやすく説明してくれました。これからも家庭・学校・地域が協力して子ども達を見守っていききたいと思います。



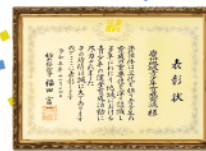
栃木市PTA連合会岩舟ブロックとの共催事業として行われました。

いわふね桜まつり #1



3月23日、CITY GYM&SPA遊楽々館にて「いわふね桜まつり #1」が開催されました。本会では“ちびっこあつま

れ！縁日コーナー”で、ヨーヨー釣りや射的・バルーンアートを行いました。桜はまだ咲いていませんでしたが、たくさん子ども達が集まり、楽しい一日を過ごしました。



栃木県青少年健全育成成功労団体として表彰状をいただきました。

賛助会員名簿【敬称略】（順不同）

- 松永医院
- しまだクリニック
- (有)鈴木化工
- 岩船山高勝寺
- 川田タイヤ商会
- 共栄ラーメン
- (有)静和観光
- (有)海老沼グリーン
- (株)アイサイン
- 小野寺山大慈寺
- (有)岩舟衛生社
- (有)シマダ時計店
- (株)福島製作所
- (株)北関東パイオニア
- (株)メナードいわふね
- (株)福田土木
- 亀田歯科
- (有)和泉白石
- (有)吉田鋏製作所
- (株)鍋山電気
- (株)オオデ設備
- (有)井岡自動車整備
- 鯉沼自動車整備工場
- 税理士法人池田会計
- (有)アップル精工
- (有)高久機工
- (有)栃木緑創
- (株)オノザワ設備
- 安藤設備工業(株)
- (株)ソエル
- 川原井豆腐店
- (有)木村商店
- (有)サガラ陶管
- やまご産業(株)
- 寺内歯科医院
- (有)小林鋳金塗装
- 江田クリニック
- (株)みすぎ庵
- 長谷川医院
- 森永牛乳岩舟時田販売店
- 橋本腎内科クリニック
- 高田車体(株)



江戸しぐさに学ぶ

いわふねしぐさ実行委員会

いわふねしぐさ大作戦

その3

～健康しぐさ 第2弾～

前号では、岩舟中学校1年生が考えた「健康しぐさ」バランスのよい食生活から、「早ね早おき朝ごはん」について載せました。第2弾では、「質の良い眠り」について取り上げました。

できることから
はじめよう

1. いつも決まった時間におやすみなさい!

6歳～13歳の子どもには9～11時間の睡眠が必要です。(米国国立睡眠財団推奨睡眠時間より) テレビを消す・寝室に移動する・絵本を読むなど、同じ時間に同じサイクルを繰り返すことにより、脳に眠くなるサイクルができます。夜9時ごろには寝るように心がけましょう。



2. 就寝前のスマホやゲームはNG!

寝る前にテレビやスマホを見たりゲームをすると、強い光(ブルーライト)を浴びることになり、眠りを促すメラトニンの分泌が妨げられます。そのため体内時計のリズムがくずれ、寝付きにくくなってしまいます。遅くとも寝る1時間前には電源を切りましょう。



* 保護者のみなさまへ *

「寝る子は育つ」は本当です。睡眠中に脳内では「成長ホルモン」という体を発達させるホルモンが分泌されます。特に夜10時ごろから活発に分泌され免疫力を高めたり、骨・筋肉・肌・髪・内臓の修復をします。

子どもの睡眠-3つの役割-

- ・記憶を整理して必要な情報を定着させる
- ・脳や心身を休ませる
- ・脳や心身を発達させる



みんなの一步で大きな家族、つながる『いわふね』

ご活用
ください!



- ・スタッフジャンパー(50着)
- ・スタッフベスト(20着)
- ・ビブス(100着)



・かき氷機(電動式)
製氷機の氷でおいしいかき氷ができます。
各種イベント等でお使いください。



お知らせ



令和6年度 総会

日時:6月9日(日) 10:00から
会場:岩舟公民館 講義室

※コスモスホール改修のため会場が変更になります。

スタッフ募集中!!

本会は、いっしょに活動してくれる方を募集しています。関心のある方は、ぜひ、事務局までご連絡ください。お待ちしております。

(栃木市岩舟公民館内 TEL.0282-55-2500)

毎月第3日曜日は、ふれあい育む「家庭の日」