

自分の健康は自分で守る“セルフケア”を目標に、「ぐっと楽運動教室」を開催して、今年度で10周年を迎えます。節目の年にあたり、運動だけではなく、栄養や休養についても学ぶことができるよう「ぐっと楽健康教室」と名前を変えて、開催することとなりました。自分の身体を見直し、心と身体のメンテナンス方法を学んでみませんか？

開催日時◆基本コース：毎週水曜日 午後1時30分～午後3時
 Aコース：毎週木曜日 午後1時30分～午後3時
 Bコース：毎週水曜日 午前10時～午前11時30分
 Cコース：毎週木曜日 午前10時～午前11時30分

内 容◆基本コース：基本の動きを丁寧に学ぶコース
 Aコース：体調改善が中心のコース
 Bコース：体調改善+軽い動きのあるコース
 Cコース：体調改善+体力の向上を目指すコース

会 場◆美郷町住民活動センター(畑屋字街道東)

参加料◆無料 **講 師**◆健康運動指導士 黒田 恵美子 氏

申込方法◆下記へ電話でお申し込みください
 (随時受け付けています)。

「ぐっと楽健康教室」に参加しませんか？

4月から
6月までの
開催日程

4月	9日(水)	10日(木)	23日(水)	24日(木)	30日(水)			
5月	1日(木)	8日(水)※	14日(水)	15日(木)	28日(水)	29日(木)		
6月	4日(水)	5日(木)	11日(水)	12日(木)	18日(水)	19日(木)	25日(水)	26日(木)

※5月8日(木)は、午前の部が「B・Cコース合同」で、午後の部が「基本・Aコース合同」となります。

申・問●町福祉保健課 健康対策班 ☎0187(84)4900

地域おこし協力隊通信

Vol.12



美郷町地域おこし協力隊 高橋 錬太郎

豊かな自然に囲まれた美郷町には、カヌー・カヤックやハイキングなどのさまざまなアウトドアアクティビティがあります。その中でも「雁の里山本公園ふれあいの森キャンプ場」は、芝生がきれいに管理され、段差も少ないので家族連れやソロキャンプの方々から大変人気があります。今回は「雁の里山本公園ふれあいの森キャンプ場」を初心者の方に利用してもらい、もっとアウトドアを身近に感じてもらえるようなイベントを企画するため、2月から道の駅美郷にある観光情報センターや後三年スキー場、名水市場湧太郎で直接会話をしながらアンケート調査にご協力いただきました。アンケートの結果では、アウトドアに対する関心の高さや体験型イベントへの期待が高い一方、キャンプ未経験者には道具の準備や自然環境への不安があるなど、ハードルが高い部分があることがわかりました。これらの貴重な生の声や意見を参考にし、美郷町のアウトドアアクティビティを活用した「体験型イベント」を企画したいと思います。最後に、ご協力いただいた皆さんには、この場を借りてお礼申し上げます。



活躍・表彰おめでとうございます

※所属・学年は大会当時のものです。

美郷町民スキー大会

(2月2日 後三年スキー場)

■クロスカントリーの部

【男子】

小学高学年の部 第1位 藤田 匠人 さん(仙南小6年)

【女子】

小学中学年の部 第1位 藤田 紗知 さん(仙南小4年)

■アルペン回転の部

【男子】

小学低学年の部 第1位 斎藤 結心 さん(六郷小2年)

小学中学年の部 第1位 高橋 輝飛 さん(六郷小4年)

小学高学年の部 第1位 林 蒼太 さん(六郷小6年)

中学校の部 第1位 樋場 海翔 さん(美郷中1年)

高校・一般の部 第1位 藤田 直人 さん(金沢西根)

シニアの部 第1位 谷口 守 さん(金沢西根)

【女子】

小学低学年の部 第1位 高橋 翼 さん(仙南小1年)

小学中学年の部 第1位 鈴木 澄玲 さん(仙南小3年)

小学高学年の部 第1位 金子 美麗 さん(仙南小5年)

高校・一般の部 第1位 加藤 華菜美 さん(金沢)

第29回全県小学生 バドミントン選手権大会

(2月11日 由利本荘市・ナイスアリーナ)

- 2年生男子シングルの部
第1位 鈴木 涼音 さん(千畑小)
- 3年生男子シングルの部
第3位 播間 耀 さん(千畑小)
- 4年生女子ダブルスの部
第2位 坂本 梓織 さん(千畑小3年)・
高橋 莉珠 さん(千畑小3年)ペア
- 5年生男子ダブルスの部
第1位 尾久 海斗 さん(仙南小)・
鎌田 雫暉 さん(仙南小)ペア
- 第2位 高橋 陸斗 さん(六郷小)・
萩原 永彪 さん(千畑小)ペア
- 5年生女子ダブルスの部
第2位 杉澤 梨花 さん(千畑小)・
森川 麻陽 さん(千畑小)ペア



■鈴木涼音さん



■播間耀さん



■(左)高橋莉珠さん
(右)坂本梓織さん



■(左)鎌田雫暉さん
(右)尾久海斗さん



■(左)高橋陸斗さん
(右)萩原永彪さん



■(左)森川麻陽さん
(右)杉澤梨花さん

活躍・表彰おめでとうございます

※所属・学年は大会当時のものです。

第23回マーチングステージ 全国大会2025

(2月15日 神奈川県民ホール)

- フェスティバル部門
優秀賞・講師者特別賞 六郷小学校音楽部



第22回JA秋田おばこ杯大曲仙北 ジュニアミニバスケットボール交歓大会

(2月8日、9日 美郷町中央体育館)

- 女子の部 ブロック優勝 六郷ピオニース



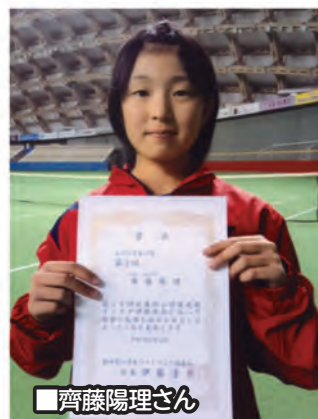
第19回北東北小学生選抜 インドア研修大会

(2月15日 大館市・ニプロハチ公ドーム)

- 男子4年生以下の部
第3位 高橋 昊利 さん(六郷小4年)
- 女子6年生の部
第2位 齊藤 陽理 さん(千畑小6年)



■高橋昊利さん



■齊藤陽理さん