



## 今、注目の ラテン系フィットネス「ズンバ」

一時間踊って美しい  
ボディライン目指しませんか？

村では、楽しい時間を通じて健康に対する意識を高めてもらおうと、村民会館大ホールを会場に健康教室「ズンバ」を開催しています。

ズンバとは、ラテンフィットネスとダンスがミックスされた新感覚のフィットネスエクササイズのことです。最近ではテレビで取り上げられるほど話題になっています。

開催日 十月末までの毎週  
木曜日午後七時から  
(9/22・10/6除く)

会場 村民会館大ホール

現在、村内外から約七十人の登録者がいるズンバ教室。この機会にズンバを楽しみ腰のくびれを取り戻してみませんか？

また、初回から参加しているという吉澤正人さん(村上市)は「みんなで楽しんで踊れるところがいい。一時間はあつという間、ズンバと出会って痩せられるよう努力したい」と額の汗をぬぐっていました。

リズムの曲を組み合わせ、ラテン系の音楽に合わせてエクササイズを楽しむというもので、心肺機能を向上させるとともに、多くのカロリーを消費するので脂肪を燃焼させる効果が期待できます。

インストラクターの郷内小織さん(村上市)は「ズンバは楽しい雰囲気の中で踊れるので、ストレス発散になるのが一番。年齢に関係なく、たくさんの人たちに気軽に楽しんでもらえれば嬉しい」と話していました。



## 生涯学習 情報ステーション

広報せきかわ「お知らせ版」とあわせてご覧ください

◆お問い合わせは村民会館へ  
TEL 64-2134

## 図書室の窓から

村民会館図書室

秋の香りが日一日と濃くなります。朝晩は肌寒いので体調に十分気を付けてください。図書室には読書用の本だけでなく、趣味や園芸などの本もたくさんありますので、是非ご利用ください。

### この本よんで!!

「えんそくバス」  
中川ひろたか文 村上康成絵 EM



「皆さん、あしたはまちにまたったのしいえんそくです。おねぼうしないように・・・」みんなにそう言った園長先生でしたが、遠足がたのしみで眠れず大寝坊してしまいます。

### 今月の1冊

「ターシャの庭づくり」  
ターシャ・テューダー作620チ



好きなように庭を作る楽しみ。35年間の庭づくりのノウハウを一挙公開。2006～2007年に成熟したターシャの庭を撮影したもの。2008年92歳で亡くなりました。



### 今月の図書館バス

にじ色と、「汽車」のメロディーが目印です。

高田～沢～女川 方面..... 2(日)15(土)  
大島～片貝～大石 方面..... 9(日)22(土)

15日出は おはなしのかい  
みんなできてね!!

ブルーベリーの皆さんが贈る、ステキなおはなしの世界…。ろうそくを使っての演出が幻想的です。家族みんなでの参加も大歓迎！無料です！

参加してくれた子どもたちにはかわいいシールをプレゼント!

祝日と毎週水曜日がお休みです。平日は、午後1時～5時30分まで、土・日は、午前9時～午後5時まで開館しています。



佐久間 夕穂さん  
(6年・下関)

9月17日・18日に行われた大蔵神社祭礼に踊り子の一員として祭を盛り上げた佐久間夕穂さんに話を聞きました。

踊り子の一員として苦労したことは？

踊るときに友達と動きを合わせるところです。踊り子はみんな10人いますが、一人ひとりと動きを合わせるのが大変でした。踊りはみんなでそろうときれいに見えます。だから動きが合ったときはうれしかったです。

伝統ある大蔵神社祭礼、心に残っている思い出は？

低学年のころ、だしを引いていたときにクラスメイトがみんなで見に来てくれたことがありました。「がんばれ」と応援してもらったり、休憩の時間におしゃべりしたり楽しかったです。

今、頑張っていることは？

文化祭で飾る版画作りをがんばっています。下絵で細かい絵を描いて彫るところが少し大変です。でも、その下絵を先生にほめられ、難しいけれどいい作品になるよう一生懸命がんばっています。

将来の夢を聞かせてください。

将来の夢は作家になることです。わたしは文を書くのが得意で本も大好きなので、将来、自分の本を出版したいです。自分の書いた本が何かに役立てられたり、学校に置いてもらったり、友達に読んでもらえたらうれしいです。



長谷川さん(前列左)と渡邊さん(前列右)

今後の飛躍を誓って...

## がんばれ！ 関川っ子

9月5日、青少年育成関川村民会議(伝信男会長)は、今年2回目の「がんばれ！関川っ子」を関川中学校で開催しました。

今回は、8月に大阪府で行われた第5回全国中学生KB野球クラブ選手権大会に下越選抜の一員として出場した渡邊直さん(3年・南赤谷)と同じく8月に富山県で行われた中学生柔道・北信越大会に出場し、第5位の成績を残した長谷川夏帆さん(3年・下関)に、記念品の授与が行われました。

渡邊さんは「進学先はまだ決まっていませんが、野球を続けて甲子園出場を目指します」と、長谷川さんは「今後、柔道を続けるなら、県大会で優勝を目指します」とそれぞれ力強く、今後の飛躍を誓ってくれました。

## 大会結果

\*敬称略

### 第7回 胎内市 ジュニア卓球大会

期日 8月28日  
会場 胎内市中条体育館  
成績  
小学生男子個人の部  
第3位 市井 翔大  
(6年・山本)  
小学生女子個人の部  
第3位 佐藤 希実  
(5年・大島)

### 平成23年度 新潟県小学生陸上競技 選手権大会

期日 9月4日  
会場 東北電力ビッグスワンスタジアム  
成績  
4年女子100m  
第1位 平田 那奈(松平)  
記録 15秒78  
6年男子100m  
第3位 近 元徳(宮前)  
記録 13秒58  
5・6年共通男子走り高跳び  
第4位 内山 聖也  
(6年・大島)  
記録 1m15cm  
第5位 平田 義朋  
(5年・小見)

リレー  
第8位 渡辺寛人(4年・下関)、須貝京祐(3年・大島)、傳拓磨(3年・大島)、伊藤奏希(3年・大島)  
記録 1分10秒63  
3・4年共通女子4×100m  
記録 1分7秒77

リレー  
第1位 小田桜生(4年・下川口)、渡辺優(3年・上関)、渡辺陽美(4年・上関)、平田那奈(4年・松平)  
記録 1分7秒77