げんきアップ通信

No.11

「げんきアップ通信」も
２年目を迎えました！
皆さん、更なるげんきアップを
目指して頑張りましょう‼

田村市は、第三次田村市健康増進計画において、「生活習慣の改善を重視した健康づくり」という基本目標のもと、「生活習慣病・健康管理」「身体活動・運動」「歯・口腔の健康」「禁煙・飲酒」「栄養・食生活」「休養・こころの健康」の６分野の施策に取り組んでいます。

今年度の重点テーマ

普段から＋10（プラステン）活動を継続しましょう。

＋10（プラステン）：日常生活の中で今より10分多く体を動かす。

生活習慣を整えることで、高血圧、高血糖、脂質異常、
肥満の予防・改善などの効果があります。
げんきアップ通信では、皆さまの健康づくりに役立つ情報をお届けします。

問保健福祉部 保健課 ☎81-2271

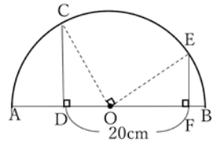
たむら市民大学 たまり 挑戦状 No.8

市民の皆さんに算数・数学に触れ楽しんでもらいたいと思い、７年度も連載します。
福島県算数・数学ジュニアオリンピック問題や、全国の中学入試や高校入試問題をアレンジした問題などを出題していきます。

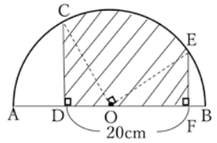
問題

下の図は、ＡＢを直径とする半円です。ＯはＡＢのまん中の点で、Ｃ、Ｅは半円の弧の上にあります。

（１）△ＯＣＤと△ＥＯＦが合同であることを証明しましょう。



（２）ＡＤの長さがＦＢの長さより１０cm長いとき、Ｃ、Ｄ、Ｆ、Ｅで囲まれた斜線部分の面積は何㎠ですか。求めましょう。ただし、円周率は3.14とします。



応募期限 4月25日（金）（必着）

応募方法
●解答用紙に名前、年齢を明記してください。
●郵送・直接持参・オンライン申請にて受け付けます。

応募先
●田村市教育委員会学校教育課
・〒963-4393
田村市船引町船引字畑添76番地2
・田村市HPより
オンライン申請

問合せ ☎81-1214

応募と前回の解答はこちら

＜２月号の正解者（エレガント賞）＞
・吉田祥一朗さん　・紺野　祐寿さん
・箭内　邦夫さん　・鈴木　敬子さん
・安瀬　弘宣さん　・武田　正司さん
・烘田　俊緑さん

エレガント賞該当者には「田村市教育委員会」と印字された特別な鉛筆を贈呈いたしますので、身分が証明できるものをご持参のうえ、学校教育課までお越しください。

地域おこし協力隊奮闘記

田村市の新たな憩いの場へ サウナ事業への挑戦

皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊の本田進之介です。田村市に移住して早くも1年がたち、四季の移ろいを感じながら、新たな挑戦を続けています。

現在、船引町芦沢地区で本場フィンランドの伝統を受け継ぐ本格的なサウナ施設を開業できないか、検討を進めています。日本でもサウナ人気が高まる中、田村市ならではの豊かな自然環境を生かし、薪（まき）を使用した本格的なサウナを設計しています。地元の木材を活用し、自然と調和した空間づくりを進める予定です。市外・県外からの来訪者だけでなく、市内の皆さんにも日常的に利用していただける、地域に根ざした憩いの場を作れればと考えています。

開業の検討に向け現在、土地の整備を進めている段階です。もともと荒れた土地だったため、草を刈り、倒木を処理し、道を広げ、整地するなど、一つひとつ環境を整えています。並行して、建築や設備の詳細を詰めながら、皆さんに心地よく楽しんでいただける空間づくりについて日々考えています。

まずは今年中のプレオープンを目標に、着実に準備を進めています。田村市に新たな魅力を生み出し、地域の活性化につなげていけるよう、精いっぱい取り組んでまいります。ぜひ楽しみにしていてください！応援のほど、よろしくお願いいたします。

海を越えて　英語指導助手ペンリレー　No. 141

新しいと懐かしい

アリソン・クレイ
アメリカ合衆国・
オハイオ州出身
（田村市に来て８年目）

今の若い人には全く考えられないかもしれませんが、私が子どもの頃、「スマートフォン」というものは存在しませんでした。子どもの頃に携帯電話でできることは、曲の再生やゲームでした。携帯電話で写真を撮ることは、ＳＦの夢物語のようなものでした。

子どもの頃、写真を撮るためによく使い捨てカメラを使っていました。使い捨てカメラは、信じられないほどとても単純なものでした。フィルムを巻き上げてボタンを押すと、フィルムが一瞬、露光されます。その後は次の写真を撮るために、またフィルムを巻き上げなければなりません。明るさが必要な場合は、カメラ上部のフラッシュボタンを押すだけで済みます。

ただし、フィルターやズームイン、ズームアウトの機能はなく、使用者とカメラ、そして目の前に風景があるだけです。もう一つ考慮すべき点は、使用者が実際に撮影した写真が良かったかどうかすぐに分からないということでした。フィルムは、カメラを開けて確認できませんでした。写真が良かったかどうかを確認する唯一の方法は、カメラ店に使い捨てカメラを持って行って、店員さんに預けることでした。現像には1日～2日かかります。その後、現像された写真を受け取ると、自分が優れた写真家であるか、二度とカメラを預けるべきではないかが分かります。

何年も過ぎて、携帯電話は今や電話をかけること以上に色々なことができるようになりました。しかし、子どもの頃を懐かしむために最近、使い捨てカメラを購入しました。田村の写真を撮っていて、どんな写真が撮れたか見るのが楽しみです。このカメラがあれば、立ち止まって、何を撮っているのかじっくり考えるのに良いと思います。使い捨てカメラなら、その瞬間を味わうことができるのではないでしょうか。