

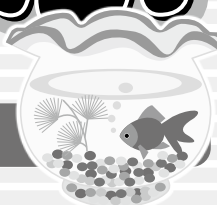
らいふまっぴ

発行者／中標津町教育委員会 社会教育課
〒086-1197 中標津町丸山2丁目22番地
TEL 0153-74-0174 FAX 0153-72-7757

2025

8

vol.328



令和7年度根室管内教育講演会

「スポーツトレーナーによる健康まちづくり」

スポーツ医・科学の最前線コンセプトをもとに、アスリートはもちろん一般の方を対象に、予防医学に特化したトータルコンディショニングサービスを提供しているコンディショニングのプロが健康とまちづくりについて語ります。

参加無料・申込不要



講師／鈴木 岳氏 博士（スポーツ医学）／アスレティックトレーナー

（R-body Inc.代表取締役／独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター特任アドバイザー／東川町Chief Wellness Officer (CWO)）

と き／9月21日(日) 14時30分開場 15時開演（16時40分終演予定）

【第1部】スポーツトレーナーによる健康まちづくり

【第2部】ジュニア期のコンディショニングの重要性について

※終了後【実技セッション】「小中学生向けコンディショニングセッション」も行います。

第1部か第2部の
どちらかでもOK

詳しくはコチラ ↓



教育委員会HP

ところ／しるべつとホール

主催／根室管内教育講演会実行委員会（中標津町教育委員会

根室管内校長会、根室管内教頭会、中標津町小中学校PTA連合会）

一般財団法人北海道公立学校教職員互助会

生涯学習研修講座 「第3回CAFEことばの森」 ～となりにいる仲間は外国人！～

恒例となった「CAFEことばの森」。3回目は、中標津町生涯学習研修講座とタッグを組んで北星学園大学の学生をゲストに迎え開催します。地元からは、岩谷学園ひがし北海道日本語学校の学生も参加します。外国人や学生らと触れ合うことで、外国がとても身近にあることを体感しましょう。

と き／9月2日(火) 18時30分～20時

ところ／しるべつと 第1研修室

定 員／30人程度

申 込／8月25日(月)までに右記の申込フォームまたは電話（☎74-8400）にてお申し込みください。

内 容／小さな喫茶店を想定した和気あいあいとした雰囲気の中、国籍を超えたいろいろな人たちが会話や交流を楽しみ、互いの文化やことばの違いを理解します。どなたでも参加が可能です。

ゲスト／北星学園大学文学部英文学科の学生



WEB申し込み

参加無料

中標津町文化遺産を活かしたまちづくり推進事業／中標津町郷土館事業

企画展『戦後80年 戦時中のなかしべつの記憶』

今年は、戦後80年の節目の年にあたります。これを機に、「あの戦争は何だったのか」、「その時、中標津では何が起きていたのか」を改めてふりかえり見つめ直す機会として、下記のとおり企画展を開催いたします。

会場では、地域の皆さまが戦時中に体験されたことを語り、書き残された記録をご紹介します。日々の暮らしの中で感じた不安や苦勞、家族への想いなど、当時を生きた一人ひとりの声に耳を傾けてみませんか。

また、郷土館、中標津するべつなぎ会では、このような戦争体験談を綴った文書、日記などの情報提供を募集しています。下記の問合先までご連絡ください。

【企画展開催日程】

会 期／8月6日(水)～10月30日(木)

ところ／中標津町郷土館

入館料／無料

主 催／中標津町郷土館、中標津するべつなぎ会

問合先／学芸係 ☎74-0175)

なかしべつの戦争の記憶・体験談を綴った文書、日記を募集しています。下記のQRコードからも受け付けています。



受付フォーム➡



旧日本海軍飛行場（現：中標津空港）

8月の展示

一般展示 『戦後80年』

今年は戦後80年。世界で戦争・紛争が続く中、戦争や平和について考えてみませんか？関連書籍を展示・貸し出しします。

児童展示 『こどもたちに読んでほしい200冊』

豊かで強い心を育むことを目的とした『こどもたちに読んでほしい200冊』。その中から、幼児～小学生向けの本を展示・貸し出しします。(旧名称「青少年のための200冊」)

クロカン・ナカシバツ 2025

開催決定!!

と き／10月26日(日)

ところ／運動公園 特設クロスカントリーコース

対 象／道内在住の小学生～一般の方

定 員／45チーム ※先着順

参加料／1人500円（申し込みの際にお支払いください）

申込方法／総合体育館または財団HPで専用の申込用紙を配布しています。必要事項を記入し、総合体育館窓口へ申し込みください。

申込期間／9月5日(金)～10月5日(日)

※9月16日(火)は施設完全休館日のため受付できません。

種 目／距離約1.2km×5名

①フリースタイルの部〔小学生～一般〕

②小学1・2年生の男子の部 ③小学1・2年生の女子の部

④小学3・4年生の男子の部 ⑤小学3・4年生の女子の部

⑥小学5・6年生の男子の部 ⑦小学5・6年生の女子の部

⑧中学生男子の部 ⑨中学生女子の部

⑩高校生男子の部 ⑪高校生女子の部

⑫一般男子の部 ⑬一般女子の部

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



ジュニア選手体力測定&成長期スポーツ検診 参加者募集!

と き／10月11日(土)～12日(日)

ところ／中標津町総合体育館 メインアリーナ

内 容／①ジュニア選手体力測定・形態測定（全10項目）

②成長期スポーツ検診（エコー検診）（小学4年生～中学3年生）

③フィジカルチェック・ストレッチ指導（小学4年生～高校3年生）

対 象／小学1年生～高校3年生

参加料／小学1年生～小学3年生：1人200円

小学4年生～高校3年生：1人500円

申込期間／8月19日(火)～10月5日(日)

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

問合先／総合体育館（☎72-2316）



なかしべつチャレンジクラブ



WEB申し込み

と き	9月～3月 ※日程の詳細は申込フォームからご確認ください。		
と ころ	総合体育館、運動公園、武道館	対象・定員	小学1年生から3年生 15人 ※定員を超えた場合は抽選
内 容	いろいろなスポーツを体験して、自分にあったスポーツを見つけよう！		
申込締切	9月15日(月・祝)	受講料	2,000円

秋の「キッズベーシックスイム」

と き	9月30日～12月9日 全10回 毎週火曜日 18時～19時 ※11月4日(火)はお休みです		
と ころ	温水プール	対象・定員	小学1・2年生 30人 ※定員を超えた場合は抽選
内 容	水遊びを通じて水慣れをし、水泳の楽しさやすばらしさを体感するとともに、子ども達の体力向上、今後取り組む運動やスポーツへのきっかけ作りを手助けします。		
申込期間	8月15日(金)～9月15日(月・祝)	受講料	5,800円(保険料込) ※別途指定スイムキャップ代 650円

なかなか健康なかしべつ体力測定会



WEB申し込み

と き	10月9(木)～10日(金)		
と ころ	総合体育館		
対象・定員	65歳以上：25人 18歳～64歳：25人 ※先着順		
参加料	200円(保険料込)		
内 容	①身体測定・血圧測定・健康相談 ②新体力テスト(最大全6種目)		
申込方法	WEB申し込み または総合体育館窓口	申込締切	10月7日(火)

陸上自衛隊第5旅団 第5音楽隊コンサート 中標津公演

自衛隊音楽隊による演奏会を開催します♪
しるべっとホールで大迫力の演奏を
お楽しみください♪

と き／10月11日(土)

13時30分開場 14時開演

ところ／しるべっとホール

入場料／無料(入場券が必要)

※全席指定、未就学児入場不可

入場配布日／8月21日(休)9時～

配布場所／しるべっと窓口

※入場券は「お一人様3枚まで」

※無くなり次第、配布終了

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



中標津町総合文化会館 開館30周年記念

札幌交響楽団 中標津公演2025



と き／11月23日(日・祝)

14時30分開場 15時開演

ところ／しるべっとホール

入場料／一般 3,500円(当日500円増し)

高校生以下 1,000円

※全席指定、税込み、未就学児入場不可

発売日／友の会先行販売 8月29日(金)

一般販売開始 9月8日(月)

※初日は、WEB&窓口 9時～

電話予約 14時～

※先行販売期間中は「お一人様5枚まで」

ルイガイド／しるべっと窓口

オンラインチケットサービス

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

北海道新聞社、札幌交響楽団

楽しい絵画スクール 抽象画編

～自由な発想で自由な作品づくり～

受講生募集!

点・線・面を使った簡単な技法から、下絵の描き方、色の塗り方など初心者でも楽しく抽象画を学ぶことができます♪

と き／①9月19日 ②9月26日 ③10月10日 ④10月17日

【全4回、各回金曜日、19時～20時30分】

ところ／しるべっと 美術室

講 師／外川 篤司氏(標津中学校教諭)

受講料／3,000円(全4回分)※材料代含む

対 象／中学生～一般(定員15人)※先着順

持ち物／手拭きタオル ※各種道具などは主催者が準備します。

申込期間／8月13日(水)～8月29日(金)

申込・問合先／しるべっと(☎73-1131)またはWEB申し込み



WEB申し込み



～土曜の午後のひとときに…夢とやすらぎを～ ロビーコンサート

と き／8月23日(土) 13時開演

ところ／しるべっと 町民ホール

主 催／なかしべつロビーコンサート実行委員会
(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

第285回 ロビーコンサート

①「リコーダーの調べ」

出 演／リコーダーピリカレラ、別海町立中春別中学校リコーダー部
プログラム／「大きな古時計」「レズ・ア・ハツ」よりソングレオ ほか

②「沖縄三線による演奏」

出 演／沖縄民謡 琉志会
プログラム／「安里屋ゆんた」「涙そうそう」ほか

中標津町総合文化会館開館30周年
中標津町開町80周年記念

宝くじまちの音楽会

岩崎宏美・岩崎良美 ～ふれあいコンサート～



「宝くじまちの音楽会」だけの岩崎姉妹のスペシャル
コラボコンサート。数多くのヒット曲の中から選りす
ぐりを披露。

と き／10月7日(火) 17時45分開場 18時30分開演
ところ／しるべっとホール

入場料／前売2,000円(宝くじ助成による特別料金)

※全席指定、税込み、当日500円増し

※未就学児入場不可

発売日／8月8日(金)

※初日は、WEB&窓口 9時～

電話予約 14時～ お一人様5枚まで

利用ガイド／しるべっと窓口、オンラインチケットサービス

主 催／中標津町、(一財)中標津町文化スポーツ振興
財団、(一財)自治総合センター

公演の詳細は
折込チラシをチェック!!



おやこ鑑賞会

「0歳からのファミリーコンサート」

泣いちゃっても大丈夫! みんなと一緒にコンサートデビュー♪

みんなが知っている有名な曲や童謡、クラシックを歌・ピアノ・サクソフォン

ヴァイオリン・パーカッションで楽しもう♪

と き／9月15日(月・祝) 10時30分開場 11時開演

ところ／しるべっと コミュニティホール

出 演／国立音楽大学北海道同調会+ラテンパーカッション

仙石 珠希、永留 淳也、高井 みなと、小部 晴枝、瀧村 正樹

入場料／大人1,500円(高校生以上) 子ども500円(4歳～中学生以下)

※全席自由、税込み、当日300円増し

※0歳～3歳入場無料

利用ガイド／しるべっと窓口、オンラインチケットサービス

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



チケット
販売中!!



このマークがついている事業では、
電話予約(☎73-1131 [しるべっ
と])をすることができます。



このマークがついている事業では、
車椅子席・付添者席があります。
ご希望の方はチケット購入時にお
申し出ください。



プレイガイドに「オンラインチ
ケットサービス」の記載がある事
業は、こちらのQRコードからチ
ケットを購入いただけます。

C&K LIVE TOUR 2025

「改 日本全国地元化計画」

～歌って踊って喋る喋る!! 演出なしのシンプルLIVE!!～

チケット
販売中!!

と き／8月24日(日) 16時開場 17時開演

ところ／しるべっとホール

入場料／指定席9,000円(税込)

※4歳以上チケット必要

※3歳以下でもお席が必要な場合はチケットが必要

ルイガイド/各プレイガイドにて(現地先行販売は終了しました)

※詳細はHPにてご確認ください

主 催／マウントアライブ

共 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



【C&K】HP



【MountAlive】HP

現代サーカス Workers ワーカーズ!



と き／8月29日(金) 18時30分開場 19時開演

ところ／しるべっとホール

入場料／大人2,500円 高校生1,500円 中学生以下500円

※全席指定、税込み、当日500円増し(中学生以下300円増し) ※未就学児入場不可

ルイガイド/しるべっと窓口、オンラインチケットサービス

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団、北海道新聞釧路支社

共 催／(公財)北海道文化財団

開催間近!



公益財団法人 北海道文化財団

みんなの

かわら版

※問い合わせは、しるべっと(☎73-1131)へ

※都合により、日程・会場などが変更になる場合があります。

※◎印のイベントチケットは、しるべっと窓口で販売しています。

○手打ちそば教室

地元のそば粉を使用したそば打ち教室を開催します。

と き／8月～11月 13時～16時

※毎週土曜日、全16回

ところ／しるべっと実習室または交流センター

参加料／1回1,000円程度

定 員／10名以内

持ち物／エプロン、三角巾、そばを入れる容器

主 催／中標津手打ちそば同好会

問合せ／佐藤(☎090-8705-2481)

○戦後80年 原爆写真展

と き／8月15日(金)～19日(火)

※初日は13時から最終日は12時まで

※8月18日(月)は休館日

ところ／しるべっと 町民ホール

主 催／なかしべつ九条の会

入場
無料

○令和7年度釧根地区公民館共同事業釧根「絵手紙」移動展

釧根管内の絵手紙サークルの作品を展示します

と き／9月5日(金)～9日(火)

ところ／しるべっと 町民ホール

主 催／北海道公民館協会釧根支部

入場
無料

◎ムカシ玩具 舞香 一人芝居

神々の謡～知里幸恵の自ら歌った謡

と き／10月2日(木) 18時30分開場 19時開演

ところ／しるべっと コミュニティホール

入場料／大人3,000円 中高生1,500円

ルイガイド／向日葵の会、しるべっと窓口

主 催／向日葵の会

問合せ／向日葵の会 大友(☎090-1527-0402)

第41回 中標津書道公募展 出品者募集中!!

今年で41回目を迎える書道公募展。日ごろの練習成果を公募展で発揮してみませんか？

- 出品方法／【一科】21歳以上の方 ※半切または全紙
 【二科】15歳以上20歳以下の方 ※半切または全紙
 【三科】3歳以上14歳以下の方 ※半紙（枠入り可）のみ
 【四科】半紙一般の部 ※半紙（枠入り可）のみ

出品資格／中標津町に在住する一般町民および町内の学校に在籍している方。
 または過去に出品したことがある方。
 ※四科について、加盟団体である者は出品可。

募集内容／題材は自由で、臨書・自運いずれも出品可能。

出品料／一科：1点につき1,000円 二科・三科・四科：無料

申込締切／8月21日(休)

申込方法／公募要項をご確認のうえ、出品目録に必要事項を記入して
 するべっと窓口へお申し込みください。

問合先／するべっと (☎73-1131)



第41回 中標津書道公募展

中標津町内の書道教室や書道愛好家、審査員の作品を多数展示します。

会 期／9月3日(水)～9月7日(日) 9時～21時 ※最終日は13時まで
 ところ／するべっと コミュニティホール

入場
無料

第78回 中標津町芸術文化祭 参加者募集中!!

今年度もするべっとでは、町内で活動する文化団体による秋の芸術文化祭を開催いたします！

参加希望者（「お茶会」を除く）は、するべっと窓口または財団ホームページより応募要項を確認のうえ、お申し込みください。

開催日程

- | | |
|-------------|--|
| ① 芸 能 発 表 会 | 10月25日(土)～26日(日)午後開演（予定）【全2部】 |
| ② 合 同 華 展 | 10月25日(土)10時～21時、26日(日)10時～19時 |
| ③ お 茶 会 | 10月26日(日)10時～15時 担当社中 茶道宗徧流正伝庵道東根室支部 |
| ④ 総 合 展 覧 会 | 10月10日(金)～19日(日) |
| ⑤ しるべっとまつり | 11月3日(月・祝) 文化バザー、体験コーナー等を予定♪ |

共通事項

参 加 対 象／中標津町内で活動する団体・個人

申 込 締 切 日／8月21日(休)

申 込 ・ 問 合 先／するべっと (☎73-1131) またはWEB申し込み
 主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



WEB申し込み

編集後記

▼ 今月15日で、戦後80年の節目を迎えます。先月には、中標津するべつなぎ会他主催により、『戦後80年・フォーラム』を開催しました。そのご縁で、根室空襲研究会の近藤敬幸さんにお会いし、戦時下の状況についてお話を伺うという、貴重な学びの機会を得ることができました。世界各地で紛争が絶えない今だからこそ、「あの戦争は何だったのか？」という問いが、あらためて私たちに投げかけられているのではないのでしょうか。

(村田)

各生涯学習施設 休館日のお知らせ

するべっと（総合文化会館）・図書館・各体育施設、交流センターの休館日は、8月18日(月)、9月1日(月)です。原則、毎月第1・第3月曜日が休館日です。
 郷土館の休館日は、8月10日(日)～8月13日(水)、8月16日(土)、8月18日(月)、8月25日(月)、9月1日(月)です。原則、毎週月曜日と祝日の翌日が休館日です。