

らいふまつび

中標津町生涯学習情報

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

2026

1

vol.333



第49回 中標津町スピードスケート大会 スポーツ大会 情報

とき／2月7日(土) ※暖気・荒天中止

ところ／運動公園スピードスケート場

対象／年少児～一般 ☆町内在住または勤務先が町内の方。

参加料／500円（保険料含む） ☆申込時にお支払いください。

種目／複数種目にエントリー可能 ※ビギナー種目は1種目のみ

【幼児・小学生低学年：100m、200m、300m】（ビギナー種目）

【小学生以上：500m、1000m、1500m、3000m】

【リレー競技：2000mR (600m/400m/400m/600m)】

申込締切／1月16日(金)

主催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

主管／中標津スケート協会

参加者募集!



第19回 なかしふ長ぐつdeアイスホッケー大会

とき／2月15日(日) ※暖気・荒天中止

ところ／運動公園アイスホッケー場

対象／町内在住または中標津町スポーツ少年団、サークルに所属している

年中児から小学生の男女

参加料／1人：500円（保険料含む） ☆申込時にお支払いください。

部門／①幼児の部：男女13名（選手7名・補欠6名まで）

②小学生低学年の部：男女13名（選手7名・補欠6名まで）

③小学生中学年の部：男女7名（選手5名・補欠2名まで）

④小学生高学年の部：男女7名（選手5名・補欠2名まで）

※部門区分で編成されていない場合は参加できません。

そのほか、くわしくは開催要項（総合体育館・運動公園で配布）で確認ください。

持ち物／長靴（スパイク無し）・防寒着・帽子（頭上に装飾無し）・手袋

申込期間／1月6日(火)～1月18日(日)

主催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

共催／NPOなかしふスポーツアカデミー、中標津アイスホッケー協会

申込先／運動公園管理棟窓口（☎72-8003）

9時～21時

※悪天候による施設閉場の場合は受け付けできません。

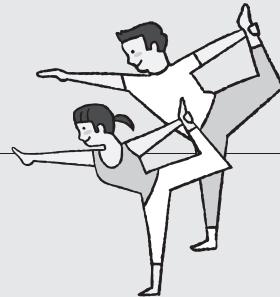
問合先／総合体育館（☎72-2316）

上記大会の
申し込みは
こちらまで

財団主催教室**参加者募集中!!**

○総合体育館にて直接お申し込みください。
○問合先：総合体育館（☎72-2316）

スポーツ選手・愛好者のためのコアパワーヨガCPY®		
①オープン昼クラス ②オープン夜クラス		
内 容	ヨガのポーズを用いた自重トレーニングを行います。医学的観点を主軸にした機能的な3面（前後・左右・回旋）動作を連続的に行い、自身の身体を正しく支え、姿勢・動作をコントロールできる、動きやすい身体づくりを目指します。	
講 師	日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 須藤 奈保 氏（中標津町役場 介護保険課） Core Power Yoga CPY®ベーシックコース修了 上石 瑞樹（中標津町総合体育館）	
と き	①昼クラス：1月23日（金）、2月20日（金） 10時30分～11時45分 ②夜クラス：1月15日（木）、26日（金）、2月12日（木）、24日（土） 19時～20時15分	
と こ ろ	総合体育館 多目的室	定 員
受 講 料	①②1,100円／回 ※セット価格2,000円／2回、3,000円／3回	
申込締切	各回開催日の前日まで	



いきいき健康クラブ 体操教室のおしらせ			
内 容	椅子を使ったストレッチや、軽負荷の筋力トレーニングを含む体操などを行い、安全に柔軟性や筋力を高めます。		
と き	1月13日、27日 ※全て火曜日 10時～11時		
と こ ろ	総合体育館	対象・定員	シニア世代・各回15人
受 講 料	1回500円 ※保険料含む	申込締切	各回開催日の前日まで ※各回定員になり次第締め切り

令和8年度 町営体育施設等の 利用希望について

令和8年度（4月1日～翌年3月31日）の町営体育施設等利用予定（スポーツ大会・各種イベント）を調査しています。予定のある団体は、下記の期日までにお知らせください。

※サークル活動・練習会を除きます。
※くわしくはお問い合わせください。

2月3日（火）まで

330°アリーナ 「ランニング・ウォーキングコース」

冬季の運動不足解消と、
健康維持に！

無料
開放！

対象期間：1月6日（火）～4月29日（水・祝）

対象曜日：1月・3月／火・木・土曜日

2月・4月／月・水・金曜日

※祝日含む、休館日除く

- 利用の際は必ず受付をしてください。
- 期間中でも大会等により、ご利用いただけない場合があります。



体育館予定表

問合先／総合体育館（☎72-2316）

スポーツ情報

スポーツ施設の行事予定は、このページの記事に関する問い合わせは、総合体育館（☎72-2316）まで。上部記載のホームページ【施設別カレンダー】でご覧になります。

でご覧になります。

ドキドキ・ビックリ！本みくじ

中身が見えないようにラッピングした本を、展示・貸し出します。
中には図書館特製の「おみくじしおり」が入っています。新年の運試しを兼ねてお楽しみください♪

期 間／1月6日(火)～18日(日) ※無くなり次第終了
ところ／図書館 カウンター前 ※1日1人1点までの貸出です。



わくわく★チャレンジ教室「さくらボトルをつくろう！」

ずっと眺めていたくなるさくらボトルをつくりませんか。春の世界を小さなボトルに詰め込んで自分だけのオリジナルさくらボトルをつくろう♪

と き／2月23日(月・祝) 10時～ ※30分程度
ところ／しるべっと 第2研修室

対 象／町内在住の年中児～小学生 ※幼児は保護者様同伴で参加ください

定 員／15名 ※定員を超えた場合は抽選 申込期間／1月28日(水)～2月10日(火)



WEB申し込み

としょかんのおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊びをして、楽しい時間を過ごしませんか？赤ちゃんから参加できます。自由に入り可能なので、お気軽にご参加ください♪



と き／・毎週水曜日 10時30分～
※第1・3・5水曜日は「読み聞かせサークル
おはなしの木」によるおはなし会
・毎週土曜日 14時～

ところ／図書館 おはなしコーナー

蔵書点検による 特別休館のお知らせ

蔵書点検のため、下記の期間で休館します。

期間中の本の返却は、図書館出入口の返却ポストをご利用ください。

CD、ビデオ、DVD、他の図書館のバーコードがついている本は特別休館後に、直接カウンターへご返却願います。

期間／通常休館 3月2日(月)
特別休館 3月3日(火)～6日(金)

経済的にお困りの 保護者の皆さんへ お子さまの入学準備金を支給します

中標津町では、令和8年4月に中標津町立小・中学校（義務教育学校を含む）へ入学予定のお子さまを持つ保護者に対し、つぎの要件を満たした場合、就学援助のうち入学準備金を入学前（3月）に支給します。

支給を希望される方は、1月16日(金)発送予定の就学通知書に同封してある申請書に必要事項を記入のうえ、教育委員会へ提出してください。

認定となる世帯／令和6年中の世帯合計の収入額等が、要保護（生活保護）
世帯の基準額の1.3倍未満となる場合

受付期間／1月19日(月)～30日(金) 支給時期／3月上旬予定

支給方法／申請書に記入された保護者の口座に直接振り込みます。



受付期間内に申請できなかつた方は…

令和7年中の世帯収入額等での判定となるため、令和8年4月以降に「令和8年度就学援助」の申請を行ってください。認定となれば、入学用品費として7月上旬に支給いたします。

問合先／学校教育課学務係 (☎74-0144)

合唱指導者 近藤仁美さん 岩田佐和子さん 釧新郷土芸術賞を受賞しました

町内で子どもたちへ合唱指導を行っている近藤仁美さん、岩田佐和子さんが音楽振興に寄与したとして、公益財団法人釧新教育芸術振興基金より令和7年度釧新郷土芸術賞を受賞しました。お二人は、昨年11月23日に行われた贈呈式に出席し、表彰状等を受け取りました。

【近藤 仁美さん】

1989年に教員として中標津小学校に初赴任し、当時の「中標津小学校ジャガーズ合唱部」を指導。2017年に2度目の着任をして以降、複数回全国大会へ導いてきました。

【岩田 佐和子さん】

2014年に教員として広陵中学校に初赴任し、音楽部顧問を担当。中高生が所属する合唱団「中標津ジュニア合唱団ひかり」の立ち上げにも携わり、全国大会にも出場を果たしてきました。



贈呈式でのお二人

中標津町総合文化会館開館30周年記念 『ダンスショーケース@中標津～繋がる未来～』



地域と共に歩んだ30年をダンスでお祝い！地元参加者によるステージショーを開催！

幼稚から大人までのダンス愛好者が一堂に会し魅力あふれるパフォーマンス披露！

とき／3月8日(日) 13時30分開場 14時開演

ところ／しるべっとホール

入場料／一般1,000円 高校生以下500円

※全席指定、税込み、当日300円増し

発売日／一般販売開始1月15日(木) 9時～

プレイガイド／しるべっと窓口、オンラインチケットサービス

※初日は、[お一人様5枚まで]

出演団体／Lee's Dance House、J'LINK、

GARUCOLE2025、中標津ブレイキンクラブ、

Hula Liko、なかしへつ奴樽蔵、R-23@Rio、

ヒップホップキッズ、公募3クラス



← 公演の詳細は折込チラシをチェック!!

この日のために書き下ろした、未発表新曲「イツツオールライト！」ステージ初披露！

楽曲 ワタナベ シンゴ(THE BOYS & GIRLS／中標津出身) × 振付 仙庭 弘晶(BROWDANCE STUDIO)

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

主 管／『ダンスショーケース@中標津～繋がる未来～』プロジェクト委員会

共 催／(公財)北海道文化財団 後 援／北海道、中標津町教育委員会



中標津町総合文化会館開館30周年記念 音楽ライブ しるべ2026



北海道出身・札幌在住のロックバンド「THE BOYS&GIRLS」と北海道発の女性アイドルグループ「タイトル未定」による2マンライブ！東京・札幌の地を熱狂させた『ボイガル未定』が、ついに道東・中標津に上陸！

と き／3月28日(土) 13時15分開場 14時開演

ところ／しるべっとホール

出 演／THE BOYS&GIRLS、タイトル未定

入場料／大人4,000円、U-22割1,000円

大人ペア7,600円（大人2枚）

青春ペア1,600円（U-22割2枚）

親子ペア4,600円（大人1枚&U-22割1枚）

※全席指定、税込み ※ペアチケットは先行受付限定

※3歳以上有料、2歳以下膝上鑑賞無料（座席が必要な場合は有料）

※U-22割…公演当日22歳以下対象

公演当日、ご本人様確認として身分証のご提示を求める場合がございます



THE BOYS&GIRLS



タイトル未定

チケット販売スケジュール

◆オンラインチケットサービスより申し込み（1人5枚）

《友の会先行受付》 受付締切／1月12日（月・祝）※当落結果1月16日(金)

対象者／しるべっと鑑賞友の会会員（新規入会者も対象）

《しるべっと先行受付》 受付期間／1月16日(金)～2月8日(日)※当落結果2月13日(金)

対象者／オンラインチケットサービス登録ユーザー（新規登録者も対象）

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

なかしべつ映画上映会 『35年目のラブレター』



ある夫婦の人生をもとにした実話が映画化！文字が書けない以外どこにでもいる夫婦の優しい物語が日本中を笑いと涙で包み込む。

チケット販売中！

と き／2月11日（水・祝）

13時開場 13時30分～15時30分上映（予定）

ところ／しるべっとホール

出 演／笑福亭 鶴瓶、原田 知世、重岡 大毅 ほか
入場料／一般1,000円 高校生以下700円

※全席指定、税込み、当日割増なし

プレイガイド／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



©2025 『35年目のラブレター』製作委員会



このマークがついている事業では、
電話予約（☎73-1131 [しるべ
と]）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。

開陽台セミナー 池田侑太チューバコンサートin中標津

とき／1月31日(土) 18時開場 18時30分開演

ところ／しるべっとホール

入場料／大人1,000円 高校生以下500円

※全席自由、税込み、当日200円増し

問い合わせ／しるべっと窓口、よしや楽器

主催／開陽台セミナー実行委員会、

(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

チケット販売中!!



友の会
対象事業!

プログラム

♪アダージョとアレグロ
(ロベルト・シューマン)

♪チューバ協奏曲
(ウォーン・ウィリアムズ)
ほか

[出 演]

池田 侑太 (チューバ)

東京藝術大学を卒業。卒業と同時にアカンサス音楽賞、同声会賞を受賞。第4回J.E.T.A学生ソロコンクールシニア部門第1位。第12回チェジュ国際コンクール金管五重奏部門第1位。これまでにチューバを大塚哲也、池田幸広の各氏に師事。現在、東京佼成ウインドオーケストラチューバ奏者。桐朋学園大学音楽部非常勤講師。

伊東 茉帆 (ピアノ)

武蔵野音楽大学を卒業。同大学院修士課程、博士課程ピアノコラボレイティヴアーツコースを修了。音楽博士。音楽療育、音楽教育、施設演奏などの社会貢献活動に取り組む。東京フィルハーモニー交響楽団に鍵盤奏者として客演している。アンサンブル・ピアニストとしての演奏を中心に、古楽の分野でも活動を広げている。



池田 侑太(チューバ)

第19期ナカシベツ大学

中標津の自然景観と再生エネルギーを考える 一根室市の事例を参考に一

多様な野生動植物が生息する豊かな自然環境を有する根室市においても、道東地域全体と同様に再生可能エネルギー発電施設の設置が進む中で、生物多様性への影響や自然景観の損失が懸念されています。今回の講義では、再生可能エネルギー施設設置に係る課題、野生動植物の保全に係る取り組みについて根室市の事例を中心に紹介します。

とき／1月22日(木) 19時開始 ところ／しるべっと 第2研修室

講師／根室市歴史と自然の資料館 学芸員 外山 雅大 氏

申込先／しるべっと (☎73-1131) またはWEB申し込み

聴講料／1,000円

主催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

聴講生募集！



WEB申し込み

中標津ゆかりの芸術展 「- 陶 - 五人展」 ~土と共に三十年~

しるべっと開館当初に開催した「陶芸教室」をきっかけに30年間、創作活動を続けてきた陶芸愛好家たちによる合同展を開催します。

入場無料

とき／2月4日(水)～8日(日) 9時～21時 ところ／しるべっと 展示室

主催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

中標津文芸 第41号

まもなく発刊!!!

中標津町にゆかりのある方々の作品を収録した「中標津文芸」が1月末に発刊される予定です。発売日は決定次第、財団ホームページ・Facebookなどでお知らせします。

内 容／随筆・創作・詩・俳句・川柳・短歌 など
定 價／1,000円（税込み）
編 集／中標津文芸編集委員会
発 行／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

中標津文芸



ロビーコンサート

～土曜の午後のひとときに…夢とやすらぎを～

と き／1月24日(土) 13時開演
と こ ろ／しるべっと 町民ホール

主 催／なかしへ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289回 ロビーコンサート

[anew=20周年を迎えて=8本のクラリネット]

出 演／クラリネットキャンディーズ
プログラム／「魔女の宅急便メドレー」
[Scarborough Fair] ほか

中標津町 小中学生総合作品展

町内の小中学校、義務教育学校から寄せられた子どもたちの力作を展示します。

と き／2月5日(木)～8日(日) 9時～18時

入場無料

と こ ろ／しるべっと コミュニティホール

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



みんなの かわら版

○新春書き初め展

と き／1月7日(水)～11日(日)

※初日は13時から、最終日は14時まで

と こ ろ／しるべっと ギャラリー廊下

主 催／雨城書道同好会

入場
無料

※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。

○未来のハーモニーコンサート2026

と き／1月17日(土) 15時開演

と こ ろ／しるべっとホール

主 催／中標津小学校合唱部

丸山小学校合唱部

入場
無料

○第9回平林真永美ピアノ教室発表会

と き／1月12日(月・祝) 13時30分開演

と こ ろ／しるべっと コミュニティホール

主 催／平林真永美ピアノ教室

入場
無料

○北方領土パネル展

と き／2月3日(火)～12日(木)

※初日10時から、最終日10時まで

と こ ろ／しるべっと ギャラリー廊下

主 催／中標津町・千島歯舞諸島居住者連盟中標津支部

入場
無料

