

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

2026

7

vol.339



秋は演劇2本立て!



今年の秋はしるべつとホールにて2ヵ月連続で演劇公演を行います!
この機会にぜひしるべつとへお越しください!

劇団 words of hearts 『博士と過ごした無駄な毎日』

太平洋戦争末期の北海道江別市(当時は江別町)を舞台に「木製製造機キ106」を製造していた史実を基にした演劇公演をしるべつとにて開催します!

と き／9月12日(土) 13時30分開場 14時開演

ところ／しるべつとホール

出演／袖山 このみ、飛世 早哉香、服部 一姫
本庄 一登、長流 3平

発売日／一般販売開始 7月17日(金)

※初日は、WEB&窓口9時～ 電話予約14時～

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(中学生以下は300円増し)

※未就学児入場不可

ルイガイド／しるべつと窓口、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



沼の中の淑女たち

おばさんたちはどこまでこの沼に浸かるのだろう……。推し活にハマる淑女たちの共同生活を、第一線で活躍する俳優たちが演じます!2023年の初演以降、各地で共感を生む演劇がついに中標津で上演!彼女たちと同じ空間で、演劇の「沼」にハマろう!



と き／10月6日(火) 18時30分開場 19時開演 ところ／しるべつとホール

出演／羽田 美智子、柴田 理恵、阿知波 悟美、長尾 純子、森川 由樹

発売日／一般販売開始 7月31日(金) ※初日は、WEB&窓口9時～ 電話予約14時～

入場料／一般3,500円、高校生以下1,500円

※全席指定、税込み、当日500円増し ※未就学児入場不可

ルイガイド／しるべつと窓口、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

共催／(公財)北海道文化財団



HOKKAIDO
ARTS FOUNDATION



☆ としょかんまつりボランティア募集 ☆



としょかんまつり当日のボランティアスタッフを募集します。

ボランティア活動に興味のある方は、気軽にお問い合わせください♪

活動日／8月23日(日) ①9時30分～12時15分 ②12時～14時

活動内容／古本会計補助、古本整理など 募集人数／若干名

申込期間／7月7日(火)～8月9日(日) 申込方法／来館、電話 (☎73-1121)

●未成年の方は保護者様の同意が必要です。

●申し込み状況により、募集期間より早く締め切る場合があります。



納涼おはなし会 ～夜の図書館できもだめし～

朗読アナウンスサークルえくすぷりーどによる怖いおはなしを聞いた後、夜の図書館できもだめしを行います。きもだめしでは、本を返してくれない人がたくさんいて悲しくて悲しくて、成仏できなかった呪われた司書がいます。本を返して助けてあげよう！

と き／7月18日(土) 18時30分～ ※1時間程度

ところ／しるべと コミュニティホール (受付・怪談朗読)、図書館 (きもだめし)

対 象／近隣地域の小学1年生～中学3年生 定 員／30人 (きもだめし)

申込締切／7月13日(月) ※先着順 ※おはなし会のみ参加の方は申込み不要です。

申込方法／来館、WEB申し込み、電話 (☎73-1121)

協 力／朗読アナウンスサークルえくすぷりーど

●夜開催のイベントのため、保護者様は会場への送迎をお願いします。

●きもだめし会場内にはお子様のみご案内します。保護者様はしるべと町民ホールでお待ちください。



WEB申し込み

330°
アリーナ

なかなかコンディショニング グループコンディショニング開催中！



中標津町総合体育館では、4月から「グループコンディショニング」を開催しています。

「コンディショニング」とは、エクササイズを通じて「身体を整える」こと。日常生活を今よりもっと快適に過ごせるように、みんなで楽しみながら行っています。

「運動を始めた方」「日頃から運動している方」「1人では長続きしない方」など、なたでも大歓迎です！ ぜひ総合体育館で一緒に身体を整えましょう。

開催日程などは
3ページをチェック！



コンディショニング風景

「股関節を折り曲げる動作作りと強化」



息が切れるような激しい運動は行いません。身体の動きを確認しながら気持ちよくエクササイズを行っています。

「股関節・肩・背骨（胸椎）の動き作り」



グループで行うメリットはみんなで楽しみながら運動ができることです。身体の状態が良くなっていくことを互いに確認できることが取組へのモチベーションにも繋がっています！

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）

「グループコンディショニング」 7月分の日程のお知らせ

内 容	「コンディショニング＝身体を整える」を実践し、日常生活における動作向上を目指しましょう！		
と き	①7月7日(火) 13時30分～14時30分 ②7月13日(月) 19時～20時 ③7月17日(金) 13時30分～14時30分 ④7月27日(月) 11時～12時		
と ころ	総合体育館	対象・定員	一般～シニア世代まで 各回25人程度 ※②は定員15人
受 講 料	1回 1,000円	申込方法	各回開催日前日までに、 総合体育館で申込み

カラダ①②③④教室 ～動けるカラダ！ケガをしないカラダづくり！～

内 容	コアパワーヨガCPY®を用いて自重を活かしたトレーニングや柔軟性のある身体づくりでパフォーマンスアップにつなげよう。		
と き	①7月24日(金) ②7月27日(月) ③7月31日(金) ④8月4日(火) ⑤8月7日(金) ⑥8月10日(月) ④～⑥16時～17時 ※①～⑥の開催時間と日程を確認の上、3回を選択してください。		
と ころ	総合体育館 多目的室	対象・定員	小学3年生～中学3年生まで 各回15人 ※先着順
受 講 料	3回 1,500円	申込締切	7月13日(月)

キッズベーシックスイム（秋クラス）

と き	9月8日～11月24日 全10回 毎週火曜日 18時～19時 ※9月22日（火・祝）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
受 講 料	5,800円（保険料込） ※別途指定スイムキャップ 700円	申込期間	7月24日(金)～8月24日(月)

～キッズベーシックスイム（夏クラス）の参加者の皆さんへ～

キッズベーシックスイム（秋クラス）の受講は可能ですが、定員を大幅に超え抽選となった場合には新規受講者の方を優先します。あらかじめご了承ください。

第18回

酪農試験場公開デー

と き／8月5日(水) 9時～12時30分

ところ／酪農試験場 (中標津町旭ヶ丘7番地)



地域に開かれた試験場として、管内農業関係者や地域住民に対して「道総研」に関する研究業務および牛乳・乳製品に対する理解を深めていただくために「酪農試験場公開デー」を開催します。

- ・場内施設や搾乳の見学、子牛とのふれあいコーナー、科学実験コーナー
- ・搾乳体験、子牛への哺乳体験、カッテージチーズづくり、バターづくり
- ・管内農家等製造乳製品（チーズ）、障がい者福祉施設製品等の展示即売会
- ・サケ・マス類、町内河川の魚類展示（共催：さけます・内水面水産試験場道東センター）

※各種体験コーナー、見学ツアー（バス）の整理券を9時から配布します。

※スリッパの不足が予想されます。なるべく上履きをご持参ください。子供用スリッパはありません。



道総研

地方独立行政法人 北海道立総合研究機構
農業研究本部 酪農試験場 総務課
(☎72-2004)

中標津支援学校 木工科即売会のお知らせ

中標津支援学校木工科の生徒が日ごろの作業学習で制作した木工製品を東武サウスヒルズで販売します。今年も新作、新デザインの製品が多数あります。

当日は生徒も店頭に立ち接客を行いますので、たくさんのご来場をお待ちしています。

※即売会は本校教育活動の一つとして実施される「学びの場」となっています。生徒自身が製造・販売、接客やレジ対応を経験し、卒業後の就労に向けた実践的なスキルを身に着けることを目的としています。そのため商品の数に限りがあり、売り切れてしまう場合もありますのでご了承ください。ご理解とご協力のほどよろしくお願いします。

と き／9月2日(水) 10時30分～13時

※気象状況等により9月3日(木)に延期になる場合があります。

ところ／東武サウスヒルズ センターモール (中標津町南町3-10)

販売製品／スマホスタンド、カッティングボード、組み木ペン入れ、幅広ベンチ

料理用しゃもじ など

問合先／中標津支援学校 高等部木工科 (中標津町東13条北7丁目15-2 ☎72-6700)



昨年の様子

村治佳織ギター・リサイタルin中標津



世界的に活躍するクラシックギタリスト・村治佳織さんを迎え、クラシックから映画・ゲーム音楽まで幅広い名曲を楽しめるソロリサイタルを開催します。美しく繊細な音色をぜひご堪能ください。

と き／7月26日(日) 13時30分開場 14時開演

ところ／しるべつとホール

入場料／一般4,000円、高校生以下1,500円

※全席指定、税込み、当日500円増し ※未就学児入場不可

プレイガイド／しるべつと窓口、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

プログラム

♪ティアーズ・イン・ヘブン/E.クラプトン (佐藤弘和編)

♪カヴァティーナ/S.マイヤーズ

♪エターナル・ファンタジア/村治佳織 ほか

※曲目は変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

開催間近!



©Sayaka HIKIDA

GRe4N BOYZ イマーシブライブシアター2026

「“The ZA”～溢れる想いが止まらない～」

チケット引換券販売中!!

と き／8月28日(金) 17時30分開場 18時30分開演 ところ／しるべつとホール

入場料／前売13,800円 (3Dメガネ付き)

※全席指定、税込み ※年齢制限なし、6歳以上チケットが必要

プレイガイド／しるべつと窓口

※「チケット引換券」を販売しています。

座席確定後、改めて「入場チケット」との引き換えが必要です。

主 催／マウントアライブ、(一財)中標津町文化スポーツ振興財団



GRe4N BOYZ
公式ホームページ

おやこ鑑賞会 「0歳からでも楽しい童謡コンサート」



ファミリー層を対象とし、客席と一体となれるあたたかみのあるファンタジックなコンサートを開催!

と き／8月30日(日) 10時30分開場 11時開演

ところ／しるべつと コミュニティホール

出 演／メルヘン・ミュージック・シアター日本芸術企画

水谷 圭見 (ボーカル・たまみおねえさん)、吉野 則子 (妖精ミー)、藤原 啓児 (ひげじい)

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

プレイガイド／しるべつと窓口

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!!



水谷 圭見
(たまみおねえさん)



吉野 則子
(妖精ミー)



藤原 啓児
(ひげじい)

公演の詳細は折込チラシをチェック!!



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

みんなで踊ろう！
ご当地ダンス

「イツツオールライト！」



令和8年3月、しるべっと開館30周年記念「ダンスショーケース @中標津～繋がる未来～」にて、ご当地ダンス「イツツオールライト！」が誕生しました！

楽曲を手掛けたのは、札幌在住ロックバンド・THE BOYS&GIRLS（通称：ボーガル）のボーカルであり、中標津町出身のワタナベシンゴ氏！中標津町をイメージして書き下ろされた、地元愛あふれる応援ソングを生み出してくれました！

さらにこの楽曲へ子どもから大人まで幅広い世代へダンスを指導するBROWDANCE STUDIOの仙庭弘晶氏による振付が加わり、待望の「ご当地ダンス」として完成！

現在、地元ダンスサークルの皆さんが中標津のお馴染みのスポットを舞台に元気いっぱい踊る「イツツオールライト！踊ってみた」動画を公開中！画面からあふれるダンサーたちの弾ける笑顔とキレのあるダンスは必見！見れば思わず口ずさみ、踊りたくなるような動画です！ぜひご覧ください！



イツツオールライト！
踊ってみた(YouTube)

作詞作曲 | ワタナベシンゴ
楽曲 | THE BOYS&GIRLS
振付 | 仙庭弘晶
(BROWDANCE STUDIO)

ダンスワークショップ
みんなで踊ろう！

「WAになってイツツオールライト！」

ご当地ダンス「イツツオールライト！」を踊ってみませんか？初心者向けの「誰でも踊れるVer.」の振付を覚えて、ダンスを楽しみましょう！

と き／7月25日(土) ①13時～14時15分 ②15時～16時15分

ところ／しるべっと コミュニティホール

対 象／幼児～一般 ※幼児参加の場合は保護者の同伴が必要

定 員／各30名 ※先着順、定員になり次第締め切り

持ち物／上靴、タオル、水分、動きやすい服装

申込方法／WEB申し込み ※7月21日(火)締め切り

主 催／(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

参加無料！
参加者募集中！



WEB申し込み

コラボ企画

第70回なかしべつ夏祭り 「なかしべつ祭Rhythm-マツリズム-」

ご当地ダンス「イツツオールライト！」の振付を覚えてお祭り会場で踊ろう！

と き／8月8日(土) 12時30分～

企 画／一般社団法人中標津青年会議所

※詳細情報は今後発信する財団HP・SNS等をご覧ください。



講師：仙庭 弘晶
(BROWDANCE STUDIO)



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））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。

第20期ナカシベツ大学

根釧・北方四島地域の地震と津波 ～地層が伝える過去と未来のリスク～

根釧・北方四島地域の地層調査から、過去にこの地域を襲った巨大津波の規模や履歴が見えてきました。鍵となる津波堆積物や火山灰の標本・調査の様子を紹介しながら、将来の地震と津波のリスクを考えます。

と き／7月23日(木) 19時開始

ところ／しるべつと 第1研修室

講 師／津波防災サポートプロジェクト (つなサップ)

代表 西村 裕一 氏

聴講料／1,000円

申込先／しるべつと (☎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

聴講生募集!



WEB申し込み



令和8年度 道民芸術祭 第39回根室管内「民謡のつどい」

根室管内1市4町の民謡愛好家が一堂に会し、日ごろの練習の成果を発表します。

今年は中標津町での開催となるため、ぜひお気軽にご来場ください。

と き／7月20日(月・祝) 12時30分開場 13時開演

ところ／しるべつと コミュニティホール

出演団体／中標津町：中標津民謡会、三味線民謡和周会、なかよし児童館

(予定) 別 海 町：別海民謡愛好会、浜友民謡愛好会

羅 臼 町：羅臼三絃優帆会

標 津 町：初音会、川北三味線と民謡の会

根 室 市：根室民謡研究会

主 催／北海道文化団体協議会、根室管内文化協会連絡協議会、(一財)中標津町文化スポーツ振興財団

入場無料



と き／7月11日(土) 13時開演

ところ／しるべつと 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295回 ロビーコンサート

①「北欧の音楽」

出 演／ミックスベリー

プログラム／「Den tÖrste vals」

「TiØnneblomen」 ほか

②「沖縄三線コンサート」

出 演／沖縄民謡琉志会

プログラム／「海の声」「19の春」 ほか

みんなの かわら版

※問い合わせは、しるべつと (☎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。

○岩谷学園日本語発表会

と き／7月17日(金) 14時15分開演

ところ／しるべつとホール

主 催／岩谷学園ひがし北海道日本語学校

入場
無料



郷土館発! なかしべつ学

中標津町教育委員会 学芸員 村田 一貴

vol.194

標津村から分村して80年

今月7月1日で、中標津が標津村から分村して80年の節目を迎えました。

その歩みを振り返ると、大正12年に誕生した標津村は、役場のある標津市街地を中心に発展していましたが、昭和2年には中標津市街に北海道農事試験場根室支場が設置され、昭和9年に国鉄標津線が開通すると、中標津を含む内陸部の人口が急激に増えたことから、「役場が遠くて不便だ」という声が高まりました。

昭和9年に始まった分村運動は、太平洋戦争で一時中断したものの、昭和21年1月23日の第1回村会において佐藤甚平議員が提出した「中標津分村に関する建議書」が全会一致で採択され、同年7月1日、ついに「中標津村」が誕生しました。

右の写真は、分村から14年後の昭和35年7月1日に開催された「分村15年・町制10年」記念式典前に行われた旗行列の様子です。『中標津町史』によると、当日は午前11時から中標津高校ブラスバンドを先頭に、小中学生が町歌を歌いながら元気いっぱいに旗行列が行われ、さらに夜には、子どもから大人まで多くの町民が提灯行列に参加するなど、夜の街は大いに賑わったそうです。



【写真上下】

昭和35年に举行された「分村15年・町制10年」記念行事での旗行列の様子

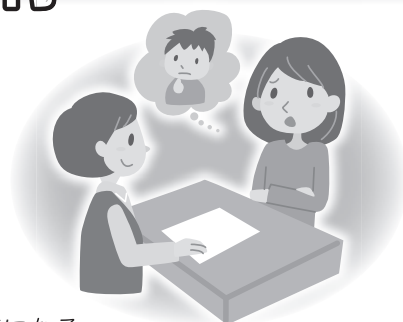
教育相談のご案内

教育相談に関する連絡はこちらへ↓

- 教育相談センター (☎72-1717)
受付時間 月～金曜日 9時～12時、13時～16時
- 教育委員会指導室 (☎74-0176)
受付時間 月～金曜日 9時～12時、13時～17時

次のような時にお気軽にご相談ください

- 学習のつまずきや遅れが気になる
 - 落ち着きのなさや行動が気になる
 - 学校生活や友だち関係が気になる
 - 不登校傾向が気になる など
- ※この他にも、お子さんの健やかな成長に関わることで、ご相談をお受けいたします。
※相談内容やプライバシーは厳守いたします。



▼編集後記
今月1日で、中標津町が標津村から分村して80年。また、武佐岳の登山道整備を行った「武佐岳愛好会」の発足からも70年という節目を迎えます。
現在、郷土館では、武佐岳の山小屋の元管理団体の承諾をいただき、役場経済振興課、南知床山岳会を通じて山小屋にあったノートや看板などの寄託を受けています。関係者からも貴重なお話や資料をお見せいただき、近いうちに郷土館で展示できればと考えています。(K)

各生涯学習施設 休館日のお知らせ

しるべと(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、7月6日(月)、7月21日(火)、8月3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、7月6日(月)、7月13日(月)、7月21日(火)、7月22日(水)、7月27日(月)、8月3日(月)です。原則、毎週月曜日と祝日の翌日が休館日です。