

公民館教室「吹き矢で健康増進！」

楽しく呼吸筋のトレーニング! はじめての吹き矢体験

9月3日（水）より毎週水曜日、5回にわたって公民館講座「吹き矢で健康増進！」が行われました。（一社）日本スポーツウエルネス吹き矢協会・新十津川ふき支部の指導員を講師にお招きし、基本動作や姿勢、吹き方などから始めました。

初めのうちは的へ当ててるのも難しい様子でしたが、回を重ねるごとに多くの矢が的の中心に近づいてきました。

少しずつステップアップしながら最終的には実際の級位認定試験に沿った試射に挑戦し、未経験の方でも級位認定試験に（…模擬ですが）合格する場面がありました。

皆さん真剣に取り組み、「上手になるには奥が深そうだけど、初心者でもすぐに楽しめて良かった」「先生に教わったとおりに命中すると楽しい」などの感想があり、とても充実した講座となりました。

今後は、参加された方を中心に設立された公民館グループ・サークルで吹き矢を楽しみます。



第36回北海道中学生剣道錬成大会開催

9月28日（日）に総合体育館において、「はまなす国体開催記念」第36回北海道中学生剣道錬成大会が開催されました。

大会には函館、稚内、網走、釧路など全道各地より124チーム676人が出場し、優勝を目指して熱戦を繰り広げていました。

男子団体 優勝：札幌清田区剣道連盟 A

女子団体 優勝：札幌西区剣道連盟 A

