

町内にはさまざまなコミュニティがあり、独自の活動をしています。そんな皆さんの活動やイベントをご紹介するコーナーがグループライフ(仲間との生活)です。

# GroupLife

グループライフ

## GroupLife なまっていた身体を早く動かしたい

富士見町地域スポーツクラブ

閑 海洋センター内 62-6126 町民センター 62-2400

### ～メタボリック解消特別教室～

新年早々の1月8日(火) 午前10時～午前11時に町民センターにおいて、「メタボリック解消特別教室」を開催しました。“インナーマッスルを鍛える”をテーマに14名が参加。年末

年始に、なまっていた身体を早く動かしたいと大好評。

クラブとして初めての教室にもかかわらず、「毎週でも開催してほしい！」との声があり、会場の確保ができる限り続けていきたいです。



▲がんばるぞー



▲きや～! しんどい。まだー!?



▲今年もがんばります!!



スポーツ振興くじ助成事業



▲自分って重たいんだね

## GroupLife 富士見町のさらなる発展のために

富士見町商工会

### ～商工会 新年交歓会～

1月5日(土)、商工会の新年交歓会が開かれました。商工会会員（本会・女性部・青年部など）の交流を深める目的の会で毎年行われていますが、富士見町のさらなる発展のために町長、町議会議員をはじめ多くの来賓の方にもお越しいただいています。

また今年は、町内外の様々な方に来ていただき、ご祝辞をいただきました。どの方も昨年の震災の復興、円高などによる景気の低迷から今年はいかに脱却するか、という話題が多かったように思います。会合は来賓の方も交え談笑、意見交換もでき、なごやかに行われました。



# Group life 地域での様々な交流活動を大切に

## 富士見高校

3年生の皆さんから、私たち2年生が生徒会を引き継ぎました。まだ活動は、始まったばかりで慣れていないこともたくさんありますが、これからだんだん活動も本格的になっていくと思います。

先輩たちが今までやってきたことをしっかりと受け継いで、生徒一人ひとりの学校生活がさらに良いものになるように役員一同力を合わせて頑張ります。

また、しらかば祭などの大きな行事を成功させることができるように、先生方や全校生徒の皆さんとも協力して頑張っていきたいと思います。

富士見高校は地域での様々な交流活動も大切にしています。多くの人と関わりながら生徒会活動を活性化していきたいと考えています。（生徒会長 小池 哲矢）



▲先輩たちから、しっかり受け継ぎます

【施設での交流活動の様子】



▲合唱部



▲吹奏楽部



▲保健委員会

## ～高校生の食育の様子～

富士見高校では必修の家庭科と2・3年の選択の授業で「食」に関する分野を学習しています。栄養素や食生活の問題点を学び、**自分の食生活を振り返り**、調理実習を通して「料理を作れるようにするだけではなく、他人と協力することの大切さ」も学び、**食の自立**を目指します。

今回は必修家庭科の調理実習の様子を紹介します。



親子丼とみそ汁  
▲鰹節や煮干しでダシを取ったのは初めての生徒も。ご飯の炊き方とみそ汁の作り方は知っておいてほしい。



青椒肉絲と  
粟米湯  
▲ピーマンを除いて食べる子も。もう好き嫌いは克服できないかな…



ドライカレーと  
フルーツヨーグルト  
▲みじん切りに  
悪戦苦闘。りんごの切り方でも悩む。  
いい経験になつたかな。



鮭ご飯と  
ミネストローネ  
▲ふだん魚は食べない生徒もおいしく食べていました。  
食わず嫌いなだけ?

高校生になると「食生活が生徒に任され、自由になる」ように感じられます。しかし、まだ自分の食事を管理する知識も能力も不足しているため、食が乱れがちになるケースも見受けられます。授業を通して「自分の食生活の乱れ」に気付く生徒も多いですが、食生活を改善していくのは生徒だけの力では難しいと思われます。

心身を健康に保つため、コミュニケーションとして、文化としての「食」を大事に、そして「食べること」にもっと関心を持っていってほしいと思います。

