

## ボランティアセンターではこんなことを考えています



### ◎障がいを持った人たちが自由に社会参加できるような居場所づくりを

障がいがあっても生きがいを持って生活し、穏やかに楽しく過ごせる村でいられるように、村にある社会資源を有効に活用し、お互いに支え合える環境づくりを進めます。

### ◎子育て中の親の孤立を防止し気軽に集まれる場所づくりを

村内には子育て支援のサロンもなく、自主活動をしている団体はひとつしかありません。子育て環境の充実を強化するために、村外から嫁いだ人たちや子育て中の親の孤立を防止し、親同士が気軽に集まれる環境づくりを進めます。

### ◎災害ボランティアの基盤づくりを

昨今、地震や台風などの自然災害が多く発生する中で、災害ボランティアの存在は大きな力となっています。昔ながらの「結」のつながりも時代とともに薄れてきているからこそ、災害ボランティアの基盤づくりに取り組まなければいけません。

## 新たな取り組み!

## 手話ボランティア養成サークルまもなくスタート

▶手話講座のようす



聴覚に障がいを持った人たちの生活を支援しようと手話ボランティア養成サークルがまもなくスタートします。サークルの開設にあたり、今年1月から3月までの3か月間、手話講座を開催しました。講習会は全20回で、村内から手話を学びたいと12人が受講。

今後、月に1～2回のサークル活動を行い、手話ボランティアの養成に努めていきます。



## 地域ボランティア募集しています!

村社会福祉協議会では、随時、地域ボランティアを募集しています。「少しならお手伝いできるかも!」「やってみようかな」という方、この機会に地域ボランティアに登録してみませんか?

なお、登録申込書は村社会福祉協議会にあります。



## DVDを貸し出します!

村社会福祉協議会では地域ボランティアの活動をまとめたDVD「ささえあう地域づくり 絆」の貸し出しを行っています。

興味のある方は村社会福祉協議会までお問い合わせください。(☎64-0111)



ささえあいの村づくりには若い力が必要です

# 「歩いて健康!大したもん蛇コース」を歩こう! 手軽なウォーキングから始めてみませんか?

4月19日、歩くきっかけづくりを目的とした第9回 村民健康ウォーキングが開催され、村内外から約50人が参加しました。歩いたコースは、県健康ウォーキングロードにも認定されている「歩いて健康!大したもん蛇コース(全長5<sup>km</sup>)」。

ふれあいど〜むをスタートし、清流荒川や荒川土手沿いに咲き誇る満開の桜を眺めながら、参加者はそれぞれのペースでウォーキングを楽しみました。

参加者の佐藤袈裟之さん(下関)は「今回初めて参加させてもらいました。多くの知人に会え、楽しくゴールすることができました。初めての人もこれを機にウォーキングを始めてくれたら」と話していました。

ウォーキングは、うつ病予防など心の健康づくりにも効果があると言われています。ぜひ始めてみませんか。



▲清流荒川の土手沿いを歩く参加者。約1時間かけコース内をウォーキングし、心地よい汗を流しました

▶設置された案内表示



このたび、「歩いて健康!大したもん蛇コース」内に案内表示を設置しました。設置場所は新湯蔵橋地点(湯沢集落)で、村民から要望があったため設置したものです。

5月に入り、ウォーキングには最高の季節を迎えます。健康づくりのために、ぜひご利用ください!



## 村の健診や村民健康ウォーキングに参加して スタンプをためよう!

～平成26年度 にゃん吉健康スタンプラリー実施中～

今年度も「にゃん吉健康スタンプラリー」を実施しています。昨年度は62人の参加がありました。村の健康づくりや健診説明会などに参加するたびにスタンプを押します。

- 対象は、20歳以上の村民の方です。
- スタンプ4個ごとに賞品がもらえます。
- イベント年間予定表とスタンプカードは、各イベント会場又は役場住民福祉課で配布しています。

例えば、特定健診、胸部検診、特定健診結果説明会、村民健康ウォーキングでスタンプが4個集まります。

がん検診なども受診して賞品2個も夢ではありません!



ぼくが  
目印にゃ。

【スタンプラリーの問い合わせ先】  
住民福祉課 健康介護班 ☎64-1472