

地区報 きらり

発行: 吉島地区交流センター
 特定非営利活動法人
 きらりよしじまネットワーク
 〒999-0214
 川西町大字吉田5886-1
 TEL44-2840 FAX 44-2841
 ホームページURL
<http://www.e-yoshijima.org>
 代表メールアドレス
kirari-npo@e-yoshijima.org



9月も半ばを過ぎました。長期にわたる暑さによって体調を崩されている方もいらっしゃるようです。しっかりと栄養を取り、ぬるめのお湯に浸かる等しながら体調管理をしっかりしましょう。

地区報の内容については十分チェックしておりますが、文字の誤りや不明な点がありましたら、吉島地区交流センターまでお知らせくださいようお願いいたします。

災害を想定した実践的な防災への備え 吉島地区総合防災訓練を開催

【開催期日】8月25日
 【参加人数】40人



町対策本部との通信訓練



齋藤防災士の講話



ボランティア会による炊き出し訓練

震度7の地震発生を想定とした今回の訓練では、自主防災組織連合会が中心となり、町の対策本部とのオンライン通信訓練や状況報告訓練、無線を

その後、交流センターに於いて防災士の齋藤太さん(北方)による災害時の対応、行動についての講話が行われました。

図上訓練では、災害発生時に想定される被害状況や、住民の避難行動などについて、情報の共有を図りました。

今回の訓練をとおして地域防災(互助・共助)の重要性について再認識する機会となりました。



支部単位での図上訓練

暑い中訓練に参加、ご協力いただきました自治会長、役員、事務局の皆様、大変お疲れ様でした。

スローエアロビックで 介護予防に取り組んでいます!

◎介護予防普及啓発事業
 (8月19日開催)
 ◎吉島ボランティア会
 いきいきサロン
 (8月21日、28日開催)



みんなで心と体もリフレッシュ

【講師】藤田明美さん
 (マイマيسポーツクラブ
 エアロビクス講師)

皆さん、スローエアロビックを御存じですか?
 「ひらくのばす・ひねる」のシンプルながら、自然な動きを取り入れながら、音楽に合わせて体がほぐれ、心と姿勢を整えられ、心と体が目覚め、軽運動として注目されています。

実際に体験してみると、くりに効いてくるのが、ポカポカした感じが、体が軽くなるのが、残暑厳しいですが、積極的に体を動かしましょう。

わんぱくキッズスクール 今年も充実したプログラムが終了

【開催期日】8月9日(金)
 【参加人数】7人



大汗をかきながらじゃがいもの収穫作業



枝豆のさやもぎ



スイカ割り!一撃

【開催期日】8月9日(金)
 【参加人数】7人

部(高橋光也支部長)の皆さんに指導をいただき行いました。

どんなものが掘りかき出されて、大小さまざまなジャガイモと枝豆が収穫されました。

たくさん採れました。収穫したジャガイモは、ぐにポテトフライにし、その甘さに驚きながら美味しくいただきました。

今旬の枝豆も風味が良く、豆本来の味を楽しみました。

残ったものは、お家にそれぞれ持ち帰りました。

年間を通して作業や安全管理にご協力いただき、ありがとうございました。

わんぱくキッズは地域の多くのボランティアや、関係団体の皆様のご協力により運営されています。

青少年の育成事業です。来年度の育成事業も、楽しい企画で多くのキッズの参加を待っています。

「認知症サポーター養成講座」 24人のサポーターが誕生しました

【開催期日】9月7日(土)
 【参加人数】24人
 【講師】川西町地域包括支援センター 吉村恵美子さん

「認知症ってどんな症状があるの?」「認知症にはどんな種類があるの?」「認知症を予防するには?」「認知症をどうして認知症について正しい知識を習得し、自分で出来る範囲で認知症の人や家族を応援するの?」

【具体的なポイント】

- ①まずは見守る
- ②声をかけるときは一人で
- ③相手に視線を合わせてやさしい口調で
- ④おだやかな話し方で
- ⑤相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応



具体的な事例もありわかりやすい講座でした