

自 生活習慣病予防運動教室開催
分流 楽しみ見つけて 続けましょう

2月1日にプラザ西伯で生活習慣病予防運動教室が開催され、ウォーキングやストレッチなど楽しく体を動かしました。

今回が2回目となるこの教室に、町内から14人が参加。総合福祉センターしあわせの清山枝理子健康運動指導士は「運動は続けることが大切。無理な目標を立てず、一人ひとりの年齢や体力に応じて楽しみましょう」と呼びかけました。



エアロピクスでさわやかな汗を流しました

い おやこでクッキング開催
っぱいの笑顔で「いただきます」



親子仲良く調理を体験しました
 ※レシピはすこやかにあります

町内保育園児と保護者を対象にした料理教室が2月10日、健康管理センターすこやかで行われ、24人の親子が楽しい時間を過ごしました。食生活改善推進協議会が、料理を作ることで食べ物に興味を持ち、正しい食習慣を身につけてもらうのを目的に開催し、今回で3回目。

メニューはタコライス、コーンスープやサラダなど全部で4品目。調理台では大人と一緒に包丁を使い、初めて切る玉ねぎに「目がイタイ〜」など楽しい声も聞こえました。試食は「おいしい!」と言いながらあっという間に完食。参加した保護者は「一緒に作ると食欲も出るようですね。家でもお手伝いして貰おうと思います」と笑顔で話しました。

饅 会見第二小学校饅絵にチャレンジ
絵の魅力体験!

会見第二小学校1年生から4年生8人が饅絵制作を行い、伝統の技を体験しました。

饅絵とは、饅だけを使い漆喰などの材料で立体的な陰影の絵模様仕上げる伝統技法しつぐい。今回指導したのは伯耆饅絵制作クラブ（足立正美代表）の4人で、児童は自分で描いた原面に、様々な大きさの饅を使って仕上げていきました。「子ども達が本物を体験し、更に饅絵の良さを感じてくれたらうれしいですね」と足立代表。児童は「はじめての体験で、とても楽しかったです」「細かいところも丁寧にできました」と、仕上がりに満足そうな表情を浮かべていました。



作品は「第64回全国植樹祭とっとり2013・第8回伯耆饅絵制作クラブ 会見第二小学校・江府小学校トッキーノ合同作品展(場所:とっとり花回廊・期間:4/17~24)」で展示されます

皆 外国人派遣団がゆうらくを訪問
が共に生きる社会を目指して



「高齢者の安全で快適な社会生活の構築」を目指し、活発な意見交換が行われました

内閣府が主催する事業「平成24年度青年社会活動コアリーダー育成プログラム」の一環として、2月14日にイギリス、ドイツ、デンマークから13名の外国青年が特別養護老人ホーム「ゆうらく」を訪問しました。この事業は日本と外国青年の相互派遣を通して、リーダー育成とネットワークの形成を図るものです。

昨年10月には、ゆうらくの職員がイギリスに訪問し、日本と同様、欧州においても認知症の高齢者を地域で支えていくことが課題であることを認識しました。14日の訪問では施設見学や職員との意見交換を通し、施設が地域で果たす役割や取り組むべき課題について共に考え、今後の具体的な支援について相互にヒントを得ることができた有意義な時間となりました。