

～ヘルスマイトからのお知らせ～

大豊町のヘルスマイトは昨年度も、地域の皆さまのご理解をいただき町内各地で健康づくり活動を行うことができました。本当にありがとうございました。

本年度も「食べよう野菜1日350g・減らそう食塩1日ー2g・歩こう毎日あと1,000歩」を活動目標に掲げ、各地区で食育活動を予定しています。皆さまのご協力とご参加をよろしくお願ひいたします。

なお、実施場所や時期については、地域によって様々ですので、事務局まで電話にてお問い合わせください。

また、ヘルスマイトの資格をお持ちの方で活動を再開してみようとお考えの方、ぜひ一緒に活動しましょう。ご連絡をお待ちしております。

問い合わせ先 大豊町食生活改善推進協議会事務局(住民課健康づくり班) 電話72-0450

交通安全ニュース

春の全国交通安全運動
4月6日(月)～4月15日(水)

重点目標

- 1 子供を始めとする歩行者の安全の確保**
 - 横断歩行者への思いやりのある運転を!
 - 明るい服装と反射材の着用で目立ちましょう!
 - 横断歩道等の通行時は、安全確認の徹底を!
- 2 高齢運転者などの安全運転の励行**
 - 交通ルールと交通マナーを実践し、安全運転に努めましょう!
 - 同乗者の命を守る為にも、全席シートベルトの着用を!
- 3 自転車の安全利用の推進**
 - 夜間はライトを点灯しましょう!
 - 子供や高齢者にはヘルメットを着用させましょう!

**4月10日(金)は
「交通事故死ゼロを目指す日」**

高知県東警察署本山警察庁舎
高齢者交通安全アドバイザー 上池
TEL 0887-76-0110

「講習受講でサービスを受けよう!」
受講特典制度協賛店 ~一部抜粋~

県全域	サニーマート サンシャイン サンプラザ エースワン	➡ (税抜1,000円以上の買い物時) 買い物ポイント5倍
本山町	川村理容所 上村理髪店 ヘアーサロン本山 筒井理容店	➡ (理美容の際に) コーヒー1杯サービス
大豊町	こんどうストアー ふじはら ゆとりすとパークおおとよ 道の駅大杉	{ (買い物時に) ポイント2倍 (食事の際に) コーヒー1杯サービス
土佐町	道の駅さめうら さめうら荘	➡ (2,000円以上の買い物で) ゆずジュース1本サービス (食事の際に) 1ドリンクサービス

受講特典講習の受講者には、【受講修了証】をお渡ししています。受講修了証を協賛店で提示すると、上記のようなサービスを受けられます。また、他にも県内各地区の協賛店より様々なサービスを提供していただいている。

第34巻 地域包括支援センター通信

今回は、平成31年度から活動が始まった2つの団体を紹介します。



◆「複合集会所ひだまり」で活動している「さわやか西峯」にお邪魔させていただきました。西峯は「ひだまり」の会議室で活動しています。

◆「この活動はいつから、行われていますか。」

◆「平成31年4月からです」

◆「毎月、西峯無医地区診療の日にあわせて「ひだまり」の会議室で活動しています。」

◆「この活動が始まつたきっかけを教えてください。」

◆「社会福祉協議会が老人クラブに開催の声かけをしてくれたことがきっかけ。西峯はミニハイが無いので、『やろうか』となりました」

◆「この活動のウリ、良かつたことは何ですか。」

◆「受診にあわせて来ることができる」と。自分たちのための活動になっています」

◆「受診もされる方は、自分の受診の順番にあわせて会議室を出入りしながら参加しています。」

◆「良かつたことについては、「体操は家ではなかなかできんけど、皆と一緒にできる。皆があると口も動かさないから」と笑う大田原令子さん。(3)

◆「これからの展望・希望を教えてください。」

◆「現状維持ができます。長く続けて、集まっている人の健康状態がひょいくなればいいなと思っています。ぜひ、来てください」

◆「島内百合子さんと北村美枝子さんにお話を伺いました。」

◆「この活動はいつから、行われていますか。」

◆「昨年11月から始まりました。毎月第2金曜日の午後、おおとよ小学校1年生に普遊びを伝えております」

◆「高齢者と子どもがお互いのことがわかること。子どもにも先生にも好評」「昔の人の恵みを継承していくことができます」

◆「講師側も『特技を教える』ということでハッラツとしていた」と島内さん。北村さんは「詩吟の講師をした時、大盛り上がりで、職員室まで声が届いていたみたい。興味を持ち『弟子になりたい』と語ってくれる子もいました」と嬉しそうに話してくださいました。」

◆「この活動が始まつたきっかけを教えてください。」

◆「予どもと高齢者の交流ができるのか、小学校から社会福祉協議会に相談がありました。そして「社会福祉協議会から老人クラブ女性部に『何か活動しませんか』と声がかかり、『やろう』となっていました」

◆「この活動が始まつたきっかけを教えてください。」

◆「予どもと高齢者の交流ができるのか、小学校から社会福祉協議会に相談がありました。そして「社会福祉協議会から老人クラブ女性部に『何か活動しませんか』と声がかかり、『やろう』となっていました」

◆「この活動のウリ、良かつたことは何ですか。」

◆「始まつたばかりで手探りで進めていますが、すごく好評なので、知恵を出し合って軌道に乗せていくべきです」と北村さん。活動に興味がある方は大豊町社会福祉協議会までお声がけください。