

Do! ボランティア

8



笑顔ふくらむ地域に

房総の会・干潟



多目的ホールの天井から四方に万国旗を張り、背面には「大運動会」と書かれた大きな用紙。その周りは桜紙の花々で飾られています。紅白の得点板も華やかなこは、市内の特養施設で行われる運動会の会場です。私たちは、そこで皆さんが楽しく競技できるようにお手伝いをするボランティアグループです。施設の運動会は、入所者全員が車椅子での参加です。皆さん紅白のユニホームを着て、家族や施設の職員と組んで、買い物競争やパン食い競争、玉入れなどを行います。皆さん、声をかけたり励まされたりしながらも、一緒に写真を撮るなど、楽しそうです。私たちは、その笑顔がずっと続くようにいろいろな係りに分かれてお手伝いをします。以前、教員のころは児童生徒を相手にしていましたが、今では車椅子のお年寄りが相手となりました。相手が変わっても、参加者に事故がなく安全に競技ができるよう配慮をすることに変わりはありません。私たちが参加できるレースがあれば率先して参加しますが、こんなはずではなかったと思う場面もあり、私たちが笑う機会が増えました。これもまた楽しいことです。

このほかには、施設ボランティア



▲お年寄りへの給食作り

旭市社会福祉協議会
☎ 57-5577

〈問い合わせ先〉

アとしては納涼会で模擬店のお手伝いや、クリスマス会ではみんなと一緒に歌ったり踊ったりと、楽しくお手伝いをしています。また地域で一人暮らしをしているお年寄りに配布する給食作りへの参加や、産業まつりのお手伝いもしています。地域の皆さんに協力していただきながら勤務してきた私たちは、退職してから地域の中で共に助け合う活動のできることを幸せに思います。シルバーボランティアとして気負わず、あせらず、みんなと協調しながら心の通い合うお手伝いをしたいと思っています。

データシート

人のうごき

【11月1日現在】	前月比
人 口 70,946人	(-22人)
男 34,655人	(-5人)
女 36,291人	(-17人)
世帯数 24,209世帯	(+6世帯)

【10月分の移動】

転入 140人	出生 56人
転出 164人	死亡 54人

火 災

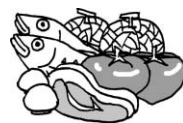
【10月分】	今年の累計
建物火災 0件	(15件)
その他火災 3件	(23件)

交通事故

【10月分】	今年の累計
事故件数 175件	(1608件)
死亡者数 0人	(5人)

おいしさいっぱい

あさひの食材



第8回 しゅんぎく

全国1位の出荷量を誇る、旭市を代表する野菜のひとつがしゅんぎくです。

しゅんぎくは食べる風邪薬といわれるほどベータカロテンとビタミンCが豊富で、食物繊維も多く、健康野菜として人気の高い緑黄色野菜です。ガン予防や肌荒れにも効果があるといわれ、独特の豊かな香りは、食欲の増進や自律神経に作用して胃腸の働きを高めてくれます。

選び方のポイントは、葉先まで緑色が鮮やかでみずみずしく、茎があまり太くなく指で簡単に折れるくらいの硬さのものが良いでしょう。

〈問い合わせ先〉
農水産課農業推進班
(☎68-1174)

