

Do! ボランティア

20



活動できる幸せを感じて ゆう美の会



私たちは平成16年、旧干潟町婦人会集結時に結成されたグループです。地域の皆さんとのふれあいを大切にという思いから、地元ふるさとまつりへの参加、施設の慰問、そして婦人会当初から引き継がれている日本赤十字奉仕団としても、協力しています。会員わずか6人のグループですが、施設のイベントに参加し、入所者の食事の介助やお手伝いをしながら、さらに親睦を深めています。

施設の納涼会では、地元の祇園祭と合わせて神輿がホールに入り、笛や太鼓、下座踊りと、施設全体がお祭り会場になります。私たちはそこで模擬店のお手伝いや、ホールにセットされたやぐらの回りを職員の皆さんと一緒に踊ります。もちろん入所者も車いすに乗ったまま、手を動かして楽しそうに踊ってくださいます。また、運動会では仮装競争や玉入れ、パン食い競争など、入所者も家族と一緒に参加します。私たちもお手伝いを分担して、競技に参加します。特に紅白レースや綱引きは一番盛り上がり、笑顔のあふれる競技となります。そして、施設で行われるイベントで私たちにとって最大のものは、踊りやダンス

を披露するクリスマス会です。練習日も多くなりますが、老化していく脳の活性化に役立つと同時に、メンバーとのコミュニケーションづくりの場にもなっています。



〈問い合わせ先〉
旭市社会福祉協議会
☎57-5577

また、赤十字奉仕団として、災害時の対処法や、防災訓練での負傷者応急手当を含め、心肺蘇生法の研修にも参加して、技術の習得に努めています。私たちは、それぞれ仕事を持っていますが、そんな中でボランティアができるということは、幸せなことだと思います。家族に感謝し、みんなが健康でいる限り、無理をしないで続けていき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	70,579人		(-16人)
男	34,515人		(+1人)
女	36,064人		(-17人)
世帯数	24,493世帯		(+11世帯)

[10月分の移動]

転入	143人	出生	46人
転出	153人	死亡	52人

火災

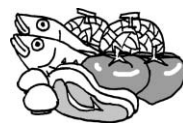
[10月分]		今年の累計	
建物火災	1件		(12件)
その他火災	0件		(12件)

交通事故

[10月分]		今年の累計	
事故件数	146件		(1628件)
死亡者数	1人		(2人)

おいしさいっぱい

あさひの食材



第20回 カブ

旭市のカブは、県内第5位の生産額を誇ります。日本では最も古くから栽培されている野菜のひとつで、スズナとして春の七草にも数えられています。

根は淡色野菜でビタミンCを多く含むほか、でんぷん消化酵素のアミラーゼも含むため、胸やけや食べ過ぎの不快感をとりぞくなど整腸効果があります。

葉は緑黄色野菜でカロテン、ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、食物繊維などを含み、がん予防に効果があるといわれています。

【選ぶときのポイント】

- ・葉が生生きし鮮やかな緑色のもの
- ・球の形が整っていて肌の色つやが良く、硬くしまっているもの



〈問い合わせ先〉

農水産課農業推進班(☎68-1174)