

や

まさき

い

ちのみや



最初は「あいあいクラブ体操」から始まり



震度7に挑戦 防災センターならではの地震体験



周違い探しや県名探して目と頭の運動

いつまでも元気で暮らすために

「あいあいクラブ」スタート!!

社協が実施する「お達者クラブ」は、介護予防を目的に、生きがいづくりを通していつまでも元気で暮らすため、日中閉じこもりがちにならないために、穴栗市より委託を受けて行っています。

参加者のみなさまからは、「よう動いた。家ではせんことや」「頭のええ運動になった」「次も参加したい」との感想をいただきました。

また、これまでの「お達者クラブ」も内容をさらに充実させ実施していきます。

いつまでも住み慣れた地域で元気に暮らしていただくため、より多くの方のご参加をお待ちしています。

(山崎支部 森井裕矢)

美しい福知溪谷をもう一度とり戻そう

福知災害復興祈念ウォーク



祈念ウォークに加え、災害復興ボランティアの募集や災害復興祈念植樹が行われました

驚きです。(姫路市男性)「私も被災し、当時を振り返りながら歩きました。(一宮町女性)「溪谷をじっくりと歩いて見る機会をいただき本当に良かった。(太子町女性)「など、様々な声が寄せられました。

災害から9か月、「がんばろう福知」を合言葉に、復興に向けて頑張ってきた方々の、福知溪谷復活への強い思いは、参加者全員の心に深く刻まれました。

(本部・三宮支部 波多野好則)



自然の脅威を目の当たりにしながらのウォーキング。誰もが願う「福知溪谷の復活」



スタンプラリーは僕たちが一番!

読者の感想より

「いきいきライフ」それぞれの方々の健康法、生きがいを見つけて前向きに過ごしておられること、見習いたいと思います。(山崎町 女性)

こんにちは!

社協です!!