

◆ シルバーリハビリ体操始めませんか! ◆



年齢を重ねて来ると、体が思うように動かなかったり、痛みを感じたりします。それは、筋力や関節の柔軟性が失われる事で日常の生活動作を支えきれなくなるからです。シルバーリハビリは筋力や柔軟性を失った関節を、無理なく強化・維持していく介護予防体操です。



いつまでも、自分の身の回りの事が自分で出来るように、私たち指導士と一緒に体操を始めませんか。境町広報誌・お知らせ版をご覧ください。

境町シルバーリハビリ体操指導士会 齊藤 良夫

◆ 私のボランティアデビュー ◆

ひまわり会はひとり暮らしや、高齢者世帯向けに、手作り昼食弁当を作って配達する活動をしています。自分たちで献立を考え、食材を買って準備して調理する調理班と配達班に分かれて活動します。

孫の世話も一段落して、ボランティア活動を始めた私を、先輩の皆様が温かく迎え入れてくれました。自分自身の勉強にもなり、月2回調理に行くのが楽しみになりました。これからも宜しくお願いします。

ひまわり会 麻生 とよ子



◆ 花の植え替え ◆

5月29日、小雨が降る中「道の駅さかい」で花の植え替えを行いました。植え終わる頃には雨もやみ、ペゴニアやマリーゴールドなどの花で花壇を飾ることが出来ました。

通りがかったお客様からは、「お花がきれいですね」「いつも楽しみにしてます」などの声を掛けてもらう事もあり、活動していて嬉しく思う時です。皆様には、花を見ながらベンチでひと休みしていただけたらと思います。

わーくすクラブ 間中 京子



ボラ連賛助会員名簿

今年も、ご協力ありがとうございます。

No.	団 体 名	No.	団 体 名	No.	団 体 名	No.	団 体 名
1	区 長 会	17	境 町 商 工 会	33	蛇池龍生会	49	山崎雨引会
2	交通安全協会境支部	18	青少年相談員連絡協議会	34	長井戸いきいきクラブ	50	山崎北いきいきクラブ
3	交通安全母の会	19	文化協会	35	猿山いきいきいちごんクラブ	51	伏木北部天神会
4	民生委員・児童委員協議会	20	五輪会	36	下砂井長寿会	52	伏木中部あごクラブ
5	身体障害者福祉協議会	21	境町職員組合	37	栗山あやめ会	53	一ノ谷いきいきクラブ
6	母子寡婦福祉会	22	退職公務員猿島支部境町分会	38	西泉田シニアクラブ	54	いきいきクラブ百戸会
7	戦没者遺族会	23	本船町いきいきクラブ	39	上小橋老人クラブ	55	蓮台いきいきクラブ共楽会
8	境小学校PTA	24	下仲町睦寿会	40	浦向明寿会	56	塚崎正面・新田宝寿会
9	長田小学校PTA	25	上仲町寿クラブ	41	下小橋長生会	57	塚崎本田百楽会
10	猿島小学校PTA	26	上町清心会	42	染谷寿会	58	塚崎いきいき寿楽会
11	森戸小学校PTA	27	住吉町長寿会	43	大歩寿会	59	六軒いきいきクラブ
12	静小学校PTA	28	宮本町いきいきクラブ	44	内門本田いきいきクラブ	60	稲尾いきいきクラブ
13	境第一中学校PTA	29	新吉町百寿会	45	内門新田いきいきクラブ	61	志鳥いきいきクラブ
14	境第二中学校PTA	30	山神町長生会	46	井草いきいきクラブ		
15	茨城境ライオンズクラブ	31	旭町日之出会	47	七軒会		
16	(一社) 境青年会議所	32	松岡町いきいきクラブ千寿会	48	喜五郎喜楽会		

国際交流友の会さかい 厚生労働大臣ボランティア 功労者感謝状受彰

私たちの会は、平成17年に発足し、境町に住む外国籍の方達に日本語の日常会話をお教えするボランティアを、地道に続けてまいりました。

役場で火曜教室をシンパシーホールで土曜教室を開き、小中学校での日本語指導にも力を入れています。

社協や役場、その他色々な方々からのご協力を得ながら、これからも多文化共生に少しでもお役に立てるよう活動したいと思っています。

会長 赤荻 友江



みーつけた!!

オリオリ人生活サポートの「織原大」と申します。オリオリの活動の中で、境町や近隣の市町村にて、不定期ではありますが「無料福祉相談会（オリオリブース）」を行っております。

私は、2013年から結城市の高齢者施設で「社会福祉士」として働いており、お年を重ねるにつれて介護や福祉の面から生活が困難になっていく方々の対応をさせて頂いております。その中で、境町や境町の地域の方々のためにも「少しでもお役に立ちたい、貢献したい」と思い、不定期開催にはなりますが「無料福祉相談会」を行っております。ワークショップ等も行いながら、楽しく開催しますので、もしご興味などがございましたら、お越しください。

織原 大



手助けの輪を広げていきましょう!

この欄は、人知れず誰かのためにコツコツと、手助けをしたり、町をきれいにしたり…と！様々に尽くしている人にスポットをあてて紹介するものです。皆様のまわりに、そんな人がいたら是非ボランティアセンターにご一報ください。