



第15回ボランティア標語コンクール ボランティア協議会長賞 小学生3・4の部
「ボランティア やさしい心と 思いやり」

ひらど 社協だより

あたたかい笑顔を地域へ



度島町へき地保育所「上手に作れたよ！雛まつり制作」



P 2 赤い羽根共同募金運動
歳末たすけあい運動報告

P 8 ボランティア標語コンクール受賞作品

P10 わがまちニュース

P12 ふくしの輪、善意のともしび

この広報誌は、共同募金会の配分を受けて作成したものです。





ご協力いただき、ありがとうございました 赤い羽根共同募金運動

「赤い羽根共同募金運動」は昨年の10月1日から12月31日まで、「歳末たすけあい運動」は昨年の12月1日から25日の期間に実施し、嘱託員の皆様をはじめ、住民の皆様方から温かいご支援をいただき、多くの募金が寄せられました。厚くお礼申し上げます。

お寄せいただきました募金は、子どもや高齢者、障がいのある方などの様々な分野で支援を必要とされている方などに活用させていただきます。

皆様の温かいご理解ご協力に、心より感謝申し上げます。

長崎県共同募金会 平戸市支会(平戸市長) 黒田 成彦



中部中学校



生月こども園

募金の状況 (令和3年2月末日時点)	達成率
目標額 4,745,000円	150.3%
実績額 7,133,198円	

(単位:円)

	平 戸	生 月	田 平	大 島	合 計
戸 別 募 金	2,190,200	932,615	807,000	198,000	4,127,815
法 人 募 金	729,000	247,000	332,000	16,500	1,324,500
学 校 募 金	107,005	36,576	38,606	0	182,187
職 域 募 金	665,811	117,610	193,393	95,299	1,072,113
イベント募金	0	18,981	0	0	8,981
個 人	7,781	925	19,049	12,000	39,755
その他募金	273,342	64,818	29,686	1	367,847
合 計	3,973,139	1,418,525	1,419,734	321,800	7,133,198

令和2年度 社協特別会員紹介

港祐産業(有)

TEL:22-5400
フリーダイヤル:
0120-22-5427
下中野町116-17

いつまでも健康……美しく

きてら薬局

平戸市木引田町中央商店街

☎(0950) **22-2058**

■営業時間 木8:30~土7:00

医療法人 **光佑会 北川病院**

〒859-5111平戸市浦の町737
TEL 0950-22-2344
FAX 0950-23-8254

介護施設

介護老人保健施設 ケアハウス・グループホーム
ひらんど じゃんがら

マキタ マキタ 日立 電動工具登録店

儀 **カメイ金物店**

大工道具・打刃物・日用荒物・
建築金物・土木用品・水道器具

平戸市宮ノ町602
TEL 22-2749



歳末たすけあい運動

～みんなでささえあうあったかい地域づくり～

募金の状況 (令和3年2月末日時点)		達成率
歳末たすけあい運動	目標額 2,690,000円	101.8%
	実績額 2,739,370円	

歳末たすけあい運動は下記のとおり活用させていただきました。



見舞金配分事業・・・・・・・・・・ 2,539,000円
 一人暮らし高齢者餅配布事業・・・・ 33,644円
 災害用食料品整備事業・・・・・・・・ 58,556円
 運動事務費・・・・・・・・・・・・ 108,170円

(単位：円)

	平 戸	生 月	田 平	大 島	合 計
戸 別 募 金	1,407,200	601,066	517,100	121,000	2,646,366
個 人	1,000	0	0	10,000	11,000
その他募金	82,004	0	0	0	82,004
合 計	1,490,204	601,066	517,100	131,000	2,739,370

令和2年度 社協特別会員紹介

株式会社 たけだ メルカド 宮の町658 ☎22-4520 スピリッツ 明の川内町138-1 ☎23-8080	(有)三共物産 築地町522-2 TEL 22-3105 フリーダイヤル 0120-22-3106	西肥自動車株式会社 平戸営業所 〒859-5102 平戸市大久保町1256-2 TEL: (0950)-22-3171 FAX: (0950)-23-8006	鯛・はまち養殖 伍丸水産(有) TEL0950-22-3516 平戸市大久保町385
---	---	---	--

法人募金

《本所受付分》

ティーエムエス株式会社
山本誠二商店
株式会社久田組
合資会社イセリ地所
税理士法人小田・小島総合会計
加賀江石塔店
医療法人医理会柿添病院
医療法人くわはら医院
有限会社ケンホクプリント
采光設備有限公司
志々伎漁業協同組合
末吉酒店
株式会社たけだスピリッツ
有限会社鶴丸設備
株式会社なかしま
フラワープランニング花文
株式会社林自動車
久田砕石
平戸市森林組合
平戸鉄工造船株式会社
榊屋可恵行政書士事務所
有限会社松尾組
有限会社松尾設備

民宿小崎
村設備土木
山内造船株式会社
アリエス株式会社
有限会社浦上工務店
大川テクノ有限公司
大島村産業有限公司
大村屋商店
大森歯科医院
岡田豆腐店
川上岩三司法書士事務所
有限会社川淵石油
かんぼストア
楠製菓有限公司
有限会社牛蒡餅本舗熊屋
社会福祉法人敬昌会
港祐産業有限公司
白石建設株式会社
有限会社新日報
有限会社聖宮
早田建設有限公司
田中F.P.不動産
有限会社俵屋自動車
中部モーターズ
有限会社津吉電工社

有限会社寺山文書堂
中野漁業協同組合
株式会社中野ハウジング
株式会社ニユー平戸海上ホテル
萩原食肉産業有限公司
医療法人林歯科医院
平戸市漁業協同組合
平戸商工会議所
平戸緑化土木有限公司
有限会社福石自動車整備工場
株式会社松岡石油店
松田信哉司法書士法人
有限会社丸真
有限会社マルセイ
みつや葬祭社
民宿はまゆう
森石油有限公司
山崎歯科医院
吉住建設株式会社
R.I.C.マート平戸中野店
東船具店
岩本不動産
浦辺電機
酒楽市場おかざき

門谷薬局
有限会社神田スポーツ
医療法人光佑会北川病院
木引田町歯科
株式会社九電工平戸営業所
ごとう耳鼻咽喉科
有限会社小林総合物産
彩月庵
西肥自動車株式会社平戸営業所
有限会社三共物産
有限会社三和モーターズ
衣料センターしみづや
合資会社新進機工舎
染川鉄工
合資会社高尾屋商事
有限会社高砂商会
有限会社たかたカメラ
有限会社高本商店
有限会社タナカヤ花店
田原石碑店
つちだ葬儀社
有限会社中倉商店
ながさき西海農業協同組合平戸支店
中山青果
西川商事有限公司

合資会社西憲商店
ニユーポート石油
ノエビア平戸
有限会社早岐タイヤー商会平戸営業所
平戸茶園
有限会社ひらど美装工業
福田酒造株式会社
有限会社藤沢材木店
カーショップブルースター
有限会社町田美装工芸社
松本芳喜土地家屋調査士事務所
フォトスタジオ マルシン
みんなの唄
明治安田生命保険相互会社平戸営業所
めがねのまみい
やきとり正ちゃん
株式会社吉田自動車
有限会社米倉燃料店
合資会社井上材木店
税理士法人ウイズラン
江田時計店
有限会社大石葬儀社
株式会社木寺薬局
有限会社寺田工務店

ファミリーストアーにしかわ
 有限会社平戸物産館
 ひらど法律事務所
 古川電機有限会社
 有限会社まるにし
 有限会社森酒造場
 やきにく鈴
 株式会社大和屋
 ホテル彩陽WAKIGAWA
 油屋米穀店
 オジカ鉄工
 カメイ金物店
 鮮魚のみいけや
 第一自動車整備工場
 プチ・イケガメ
 さだやん株式会社ともと平戸店
 株式会社ほり江
 丸屋製菓店
 有香製茶
 《生月支所受付分》
 NATURAL TEETH
 天春海運有限会社
 生月貨物有限会社
 生月漁業協同組合
 生月自動車有限会社

生月島体験観光協議会
 生月清掃合同会社
 生月葬儀社
 生月郵便局
 岩野上醤油醸造場
 大石建設株式会社
 門田建設株式会社
 株式会社伊藤商店
 株式会社エヴァ佐世保
 株式会社ダイコウ建設
 株式会社永田管工設備
 株式会社日本冷熱
 株式会社元吉組
 くらだ玄海堂
 ジエイアイ修理センター有限会社
 大栄商事株式会社
 大栄水産株式会社
 泰生商事株式会社
 大松建設有限会社
 館浦漁業協同組合



立石重機工業有限会社
 ながさき西海農業協同組合生月支店
 ファミリーマート生月大橋店
 増山建設株式会社
 松石建設株式会社
 松永建設有限会社
 有限会社生月衛生社
 有限会社池月
 有限会社石原機工
 有限会社北原薬品
 有限会社里美建設
 有限会社出口材木店
 有限会社ユー家族館生月店
 有限会社久富電機
 有限会社藤村商店
 有限会社松永石碑店
 有限会社松野海工
 有限会社マルイ水産商事
 有限会社森石油店
 《田平支所受付分》
 アオキ石油有限会社
 赤木コーセイ株式会社
 阿比留商店
 安部歯科医院
 株式会社清和

石橋薬局
 いなざわ歯科医院
 肉のいなりや
 円通寺
 大石酒
 大坪建設株式会社
 オールライト
 お食事の店萬福
 株式会社玄海電設
 株式会社恋塚組
 株式会社シンコー
 株式会社テクノ・スズタ
 鴨川履物店
 有限会社河合商店
 合同産業株式会社
 浄香寺
 株式会社スズキ自販長崎
 すみや薬局
 関本電器商会
 是心寺
 ダイハツ長崎販売株式会社平戸店
 ダスキン大塔支店
 有限会社タナカヤ花店
 九十九島漁協田平支所
 平戸市商工会

たびらの文具屋さん
 つばきスタンブクラブ
 有限会社寺山文書堂
 有限会社玄海
 一般社団法人長崎県建設業協会北部支部
 平戸魚市株式会社
 北松通運株式会社
 松田産業株式会社
 有限会社やまぐち
 やよい旅館
 有限会社海産物のわたなべ
 あびる化粧品
 有限会社田平プロパン商会
 サムソンホテル
 株式会社エヴァ佐世保
 医療法人裕光会 谷川病院
 青洲会病院
 株式会社林自動車田平店
 株式会社ウイズ企画
 貞方設計事務所
 しおざわ内科・消化器科
 セブンイレブン平戸田平東店
 セブンイレブン平戸田平店
 下川住設
 有限会社田平クリーンサービス

平戸瀬戸市場株式会社西九州パリガン ホシザキ北九株式会社平戸営業所	平戸東小学校	平戸海上保安署	平戸市立生月病院
《大島支所受付分》	田平北小学校	平戸警察署	特別養護老人ホーム生寿園
有限会社井元建設	田平中学校	平戸高校	ながさき西海農業協同組合生月支店
有限会社福田商事	《本所受付分》	平戸市水道局	生月地区民生委員児童委員協議会
株式会社兵殖長崎事業所大島事務所	JANAながさき西海平戸支店	平戸市市民病院	平戸市社会福祉協議会生月支所
大島自動車	愛の園保育所	平戸市役所	《田平支所受付分》
たつみ産業株式会社	薄香簡易郵便局	平戸市母子寡婦福祉会	就労支援B型施設春菜
	九州電力平戸営業所	平戸税務署	障害者支援施設草笛が丘
	九州電力平戸配電事業所	平戸戸生園	田平地区民生委員児童委員協議会
学 校 募 金	小鳩こども園	平戸祐生園	田平ホーム
平戸小学校	しおかこども園	北部地区民生児童委員協議会	子育てひろばトコトコ
田助小学校	志々伎町へき地保育所	中部地区民生児童委員協議会	放課後児童クラブビートル
中野小学校	度島町へき地保育所	南部地区民生児童委員協議会	県北保健所
根獅子小学校	たんぼぼの里	《大島支所受付分》	平戸市社会福祉協議会田平支所
紐差小学校	堤保育園	みのりこども園	平戸市消防署大島出張所
津吉小学校	津吉保育所	猶興館高校	平戸市立大島中学校
志々伎小学校	東和愛児園	わだつみの里	大島郵便局
平戸中学校	中津良保育所	平戸市社会福祉協議会本所	的山簡易郵便局
中部中学校	中野愛児園	《生月支所受付分》	平戸市立大島学校給食共同調理場
生月小学校	南部公民館	こども園めばえ	ながさき西海農業協同組合大島支店
山田小学校	野子町へき地保育所	平戸市立生月小学校	平戸市役所大島支所
こども園めばえ	光の園保育園	生月町中央公民館	大島地区民生委員児童委員協議会
生月こども園	養護老人ホーム光の園	平戸市役所生月支所	大島村漁業協同組合
田平南小学校			平戸市立大島小学校

グループホームおれんじ友
大島村保育所
大島村まちづくり運営協議会
大島村診療所
平戸市社会福祉協議会大島支所

そ の 他 募 金

長崎県看護協会県北支部
長崎県神社庁平戸支部
セブンイレブン平戸紐差町店
平戸市役所
中部出張所
南部出張所
山田・館浦地区まちづくり運営協議会
フレッシュマートアリーナ店
フレッシュマート里店
平戸市社会福祉協議会本所

(順不同・敬称略)



第16回

ボランティア標語コンクール 入賞作品発表

平戸市内の小・中学生を対象に、児童・生徒に「ボランティア」の意識向上にボランティア標語を募集いたしました。応募数2185作品（小学生の部1450作品、中学生の部647作品）の中から次の方々がそれぞれ受賞されました。ご協力いただきました各学校および関係者の方々に深くお礼申し上げます。

最優秀賞

小学生 1・2年の部	『思いやる 気もちがだいじ ボランティア』	平戸小学校2年	澤 美緒さん
小学生 3・4年の部	『だいじょうぶ そっとよりそい 笑顔の輪』	生月小学校4年	渡口 陽凜さん
小学生 5・6年の部	『ボランティア わたしにできる 町づくり』	田助小学校6年	橋口 紗英さん
中学生の部	『1粒の 勇気の種で 笑顔咲く』	田平中学校1年	上田 至恩さん

ボランティア協議会長賞

小学生 1・2年の部	『はじめよう じぶんサイズの ボランティア』	平戸小学校1年	牧山 杏咲さん
小学生 3・4年の部	『つなげよう やさしい気持ちと 心の輪』	生月小学校4年	藤田 彩瑚さん
小学生 5・6年の部	『ぼくの手も きっとだれかの 役に立つ』	津吉小学校6年	浜本 鉄舟さん
中学生の部	『人のため 自分のための ボランティア』	平戸中学校3年	井芹 章人さん

優秀賞

小学生 1・2年の部	『ボランティア こころの花を さかせよう』	津吉小学校1年	寄本れんかさん
	『思いやり みんなでもてば 大きなわ』	津吉小学校1年	國竹 鴨季さん
	『さしだした てとてがつなぐ えがおのわ』	生月小学校1年	小池 結璃さん
小学生 3・4年の部	『ボランティア まちを笑顔に してくれる』	平戸小学校3年	寺田 結香さん
	『ごみひろい ひろった数だけ 花がさく』	田平北小学校3年	田子森大河さん
	『親切は 心の握手 ボランティア』	平戸小学校4年	横山 大誠さん
小学生 5・6年の部	『あいさつは 笑顔をつなぐ ボランティア』	津吉小学校5年	神田 蒼空さん
	『ボランティア 笑顔あふれる 明るい町へ』	中野小学校6年	伊藤希来梨さん
	『募金する みえない所で 助け合い』	田平北小学校6年	谷川 夏心さん
中学生の部	『全員の力を合わせれば 無限大』	田平中学校1年	宮木 恵子さん
	『不自由を「自由」に変える お手伝い』	中野中学校3年	寺田 光希さん
	『未来への 明るい一歩 その手から』	中部中学校3年	松尾 涼佳さん

本会ホームページ (<http://www.sha-kyo.net/>) に全作品を掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

奨励賞

小学生 5・6年の部

『ボランティア 地域の笑顔を 作ろうよ』	野子小学校5年	関山 璃音さん
『ボランティア 世界に広がる みんなの笑顔』	生月小学校5年	大浦 慶大さん
『小さな手 ゴミを拾うと 大きな手』	田平南小学校5年	木山 和奏さん
『やさしさを みんなニッコリ ボランティア』	山田小学校6年	白石 真央さん
『助け合い 幸せの連鎖 みんな笑顔』	田平北小学校6年	富田 晴美さん

小学生 1・2年の部

『ボランティア あい手の気持ちで かんがえる』	平戸小学校1年	木村 優那さん
『みんなの勇気で 繋がる絆 ボランティア』	津吉小学校1年	江口 心奏さん
『わたしにも できることから ボランティア』	田平北小学校1年	柳原 陽葵さん
『たすけあう えがおのみらい つなげよう』	田平北小学校2年	日高 快琳さん
『広げよう 心がつながる 思いやり』	田平南小学校2年	福岡 嘉人さん

中学生の部

『ありがとう』小さいことから はじめよう』	大島中学校1年	山口 茉白さん
『大丈夫? 言える心が やさしさへ』	南部中学校2年	福田 龍也さん
『ありがとう その一言に また感謝』	南部中学校2年	井上 碧海さん
『自己改革 利他への感謝 広がる福祉』	野子中学校3年	楠富 拓望さん
『考えよう 今の自分に できること』	田平中学校3年	榎屋 良輔さん

小学生 3・4年の部

『見かけたら すぐに声をかけよう 大じょうぶですか?』	紐差小学校3年	永田 悠真さん
『助け合い 心をひとつに 大きな力』	津吉小学校3年	里崎 秀哉さん
『ボランティア 心でつながる 地域の行事』	津吉小学校4年	吉岡 和真さん
『ボランティア みんなとつなぐ 心の輪』	生月小学校4年	内山 湊愛さん
『人のため 未来のために さし出す手』	田平南小学校4年	山口 朱音さん

特選

小学生 5・6年の部

『ボランティア 無償の愛で 奉仕する』	平戸小学校5年	漆 美里さん
『ボランティア 身近にあるよ 「だれかのために」』	平戸小学校5年	末吉 唯織さん
『ボランティア みんなの笑顔が 報酬だ』	平戸小学校5年	北村佳奈美さん
『ボランティア 笑顔たくさん 町じゅうに』	山田小学校5年	近藤 壘心さん
『ボランティア 未来の宝 残そうよ』	平戸小学校6年	大串 愛純さん
『ボランティア 町を救える ヒーローだ』	平戸小学校6年	山下 大翔さん
『ボランティア 明日につなげる 明るい未来』	中野小学校6年	讃岐屋 裕さん
『ボランティア 私の思い あなたに届け』	津吉小学校6年	江口 瑠南さん
『ボランティア 笑顔の町の きっかけに』	志々伎小学校6年	田中 愛羅さん
『ボランティア みんな笑顔に するために』	度島小学校6年	井元 貴一さん

小学生 1・2年の部

『キラリンデー わたしもみんなも こころもキラリ』	平戸小学校1年	長島 瑞季さん
『ボランティア されいにし よう ぼくのまち』	根獅子小学校1年	川嶋 和輝さん
『ボランティア ぼくの力で みんながえがお』	志々伎小学校1年	田中 稜偉さん
『ボランティア みんなのこころ あったまる』	田平北小学校1年	石田 翔真さん
『ボランティア 思いあって あかるい心』	田助小学校2年	田中結良叶さん
『ボランティア いつでもどこでも 続けよう』	田中 結良叶2年	阿立 結衣さん
『ボランティア みんなの気持ちが やくにたつ』	紐差小学校2年	濱本 篤志さん
『ぼくたちは まちをたすける ヒーローだ』	紐差小学校2年	前田 銀志さん
『ボランティア みんなでたすけて よい町に』	紐差小学校2年	岩永 侑舞さん
『気になった 気づいた時に 出すゆう気』	田平北小学校2年	白石 駿仁さん

中学生の部

『やさしさが 未来へつながる ボランティア』	平戸中学校1年	大畑 晴さん
『あなたがくれた 心の架け橋 あたたかい』	田平中学校1年	堺 陽貴さん
『優しい心 小さくても 大きな力』	平戸中学校2年	神田 蒼太さん
『ボランティア 気持ち一つで 変わる未来』	中野中学校2年	田口魅萌璃さん
『優しさの 声かけすれば 笑顔の輪』	南部中学校2年	崎村 夢来さん
『心がけ はぐぐんでいこう ボランティア』	田平中学校2年	立石 静華さん
『ボランティア 町も心も ビカビカに』	中部中学校3年	松口 祥子さん
『微力でも 今できること コツコツと』	野子中学校3年	小山 莉央さん
『挨拶で 朝から晴れる 天気と心』	度島中学校3年	井元 亮太さん
『人と人 絆をつくる ボランティア』	田平中学校3年	堺 華理菜さん

小学生 3・4年の部

『助け合う 心の呼吸で ボランティア』	平戸小学校3年	福本 健太さん
『ボランティア みんなを笑顔に するもた』	平戸小学校3年	黒瀬 奏仁さん
『さしのべた 手のあたたかさ いつまでも』	中野小学校3年	本山 馨志さん
『ふやしたい みんなにやさしく できる人』	紐差小学校3年	西田 樹加さん
『親切な 心であふれる ボランティア』	平戸小学校4年	萩原 健史さん
『ボランティア みんなの笑顔 あつめよう』	津吉小学校4年	島田 璃子さん
『気づいたら 自分から動く そく行動』	志々伎小学校4年	田中 心菜さん
『助け合い 心のそこが あたたかい』	野子小学校4年	柴山 愛海さん
『助け合い きっとつながる 心の輪』	田平北小学校4年	針尾 翔子さん
『ボランティア 君とはじまる 思いやり』	田平南小学校4年	谷口 大志さん



ペットボトルキャップの寄贈

ペットボトルキャップの寄贈がありました。ペットボトルキャップ800個で、ポリオワクチン1人分になります。

寄贈いただいたキャップは、イオン様の「ペットボトルキャップで世界の子どもたちにワクチンを届けようキャンペーン」を通じ、世界で支援を必要としている子どもたちへ送られます。

ペットボトルキャップ 収集についてお願い

ペットボトルキャップ収集にあたり、キャップが汚れている物については、受け入れができません。場合もありますので、ご協力をよろしくお願いいたします。



平戸市立中部中学校
80.3kg



津吉保育所
50.0kg



長崎県立佐世保特別支援学校高等部北松分教室
19.4kg



平戸市立平戸小学校
28.0kg



～もし、家族や身近な人が認知症を発症したら～ 大島地区介護支援ボランティア講習会

2月22日(月)大島村公民館にて、介護支援ボランティア講習会を開催。35名が参加しました。

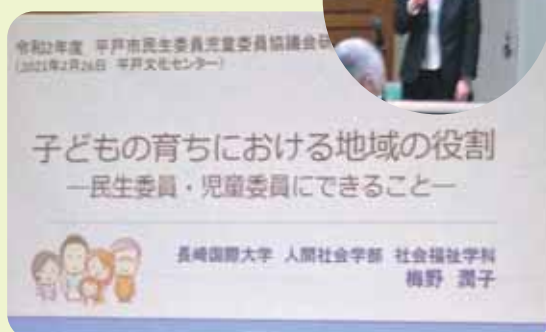
平戸市より「介護支援ボランティアポイント制度」の説明の後、そうごう薬局ミヤノ店 薬剤師 平井 鮎 氏が「認知症の人を支える為の講座」のテーマで講演。

参加者より「とても分かりやすく、認知症への理解を深めるができた」等の感想が寄せられました。

民生・児童委員研修会

2月26日(金)平戸文化センターにおいて、民生・児童委員研修会が、開催されました。研修では、長崎国際大学 人間社会学部 梅野准教授が「子どもの育ちにおける地域の役割 ～民生委員・児童委員にできること～」のテーマで講演を行いました。

梅野氏は「地域における支援が必要であり児童委員の役割は重要であり、地域に児童委員の存在は大きい。子どものニーズを満たす状況へと変化させるために行動してほしい」等約60分にわたり講演が行われました。



～おうちで気軽にチャレンジ!～

コロナ禍における運動不足・認知症を予防しよう

コグニサイズ

コグニサイズとは、コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を組み合わせた造語で、コグニション課題とエクササイズ課題を同時に行うことで、脳とからだの機能を効果的に向上させることをねらいます。

コグニサイズ コグニステップ

国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター

STEP 1

コグニション課題

両足で立って、しっかり考えながら1から順に数をかぞえ、「3」の倍数では、手をたたきます。



STEP 2

エクササイズ(ステップ)課題

ステップを覚えます。

①右足右へ→②右足戻す→③左足左へ→
④左足戻す
(①～④を繰り返します)
リズムよくステップします



STEP 3

コグニサイズ コグニステップ

運動しながら、脳を刺激する

ステップ運動+3の倍数で拍手

右横・左横に ステップ

※1～4を1セットとして、
約10分間繰り返す。

両足をそろえ、
背筋を伸ばして
立つ。



自分側



大きく
動かす



1 右横に大きく
ステップする。



自分側から見た足の動き

※足の動きを示す図は、自分側から見たもの(以下同様)。

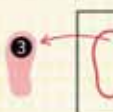


大きく
動かす

2 右足を
元に戻す。



3 左横に大きく
ステップして、
拍手する。



4 左足を元に戻す。
ここまでが1セット



まずは、「3」の倍数で手を叩くことから始めてみましょう。慣れてきたら、ステップの順番を変えたり(例:左右や前後を組み合わせる)、手をたたく倍数の数や数の数え方(例:「13」からかぞえ始める、数を引きながらかぞえる、など)を変えたりと様々な種類を試してみましょう。工夫次第でいろんな方法で楽しめます。

ふくしの輪

～いきいきサロンの紹介～

お達者サロン

- 活動地区：生月町館浦地区
- 代表者：青木喜恵子 ■会員数：18名
- 活動内容：いきいきサロン活動

平成24年にお達者クラブからお達者サロンに移行して9年になります。「ここに来るとが一番の楽しみよ」「今日は来て良かった」「楽しかったよ」と言われることにホッと安心しています。

参加者がお弁当を持参し、午前10時から午後2時まで活動しています。活動内容は午前中はビンゴゲーム、間違い探し、体操、脳トレを行い、午後からはお弁当を食べ、ゆっくりとおしゃべりをして、1時間程カラオケや皆で歌ったりしています。皆さんすっきりして帰られます。

ボランティアも9名おり、とても心強いです。しかし、月日が経つとともに参加者が減り、今では以前の半分程まで減ってしまいました。また、今年度はコロナ禍と台風被害で十分に活動出来ませんでした。サロンを楽しみにされ、元気で過ごされるよう、これからも続けて行こうと思っております。参加者大歓迎です。遠慮せず是非是非来てくださ～い。



今回は「宮の浦コスモス会」を紹介します。

善意のともしび

多くの方より貴重なご寄付をいただきました。ご厚意に対し、厚くお礼申し上げます。皆さまから寄せられました寄付金は、地域福祉事業などに役立たせていただきます。また本会へいただきました寄付金は、税額控除の対象となります。ご寄付をいただきました方のご芳名は次のとおりです。
(12月25日～2月末日受付分)

香典返し

【本所受付分】

貞方 準一郎 様

薄香越(亡)弟 二郎様

松本 愉 様

白浜(亡)母 クラ様

村井 健二 様

中の原(亡)父 金作様

山口 芳文 様

野子(亡)母 光子様

平松 一樹 様

宝亀第4(亡)妻ツギ子様

瀧山 正樹 様

根獅子1(亡)兄 正光様

椎木 ミヨ子 様

大川原(亡)夫 兼祐様

宮野 勝博 様

潮の浦(亡)父 敏雄様

平松 貫治 様

中山(亡)母 トキ様

上田 幸子 様

神崎(亡)母 ツコ子様

亀淵 和信 様

大川原(亡)父 佐喜雄様

柳原 盛二 様

高越(亡)父 悌男様

丸田 保 様

赤坂(亡)妻 公子様

川淵 民子 様

宝亀第2(亡)夫 登様

辻山 幸子 様

山口 好喜 様

曲り(亡)母 絹枝 様

大畑 博俊 様

館浦浜(亡)父 喜代治様

村川 五十二 様

山田(亡)義母 田中ヒメノ様

花田 富一 様

壺部(亡)母 セキ様

橋口 道照 様

津吉中央(亡)母 静子様

山浦 洋市 様

館浦潮見(亡)父 二郎様

田野下 靖弘 様

佐世保市(亡)母 満代様

大浦 勝宏 様

元触(亡)父 義雪様

久家 義継 様

浦南(亡)母 トセ様

神田 恵美子 様

山田(亡)義父 忠典様

石丸 雄一 様

浦北(亡)母 トミ様

柿本 亮明 様

堺目(亡)父 正明様

末永 いずみ 様

館浦屋敷(亡)母 ヨシ様

石山 和則 様

壺部(亡)母 ヤスエ様

西澤 貴三 様

館浦屋敷(亡)父 清一様

石橋 康司 様

山田(亡)父 恒一様

川淵 勝 様

元触(亡)母 シズエ様

井上 光二 様

元触(亡)父 松雄様

高田 久三 様

御崎(亡)母 セイ様

坂本 真一 様

浦北(亡)父 貢一郎様

久豊 久市 様

館浦屋敷(亡)妻 イト様

寺田 勉 様

館浦屋敷(亡)母 洋子様

松本 恵 様

上亀(亡)母 フミ子様

白石 芳久 様

平戸口(亡)母 和子様

久住 昌子 様

永久保(亡)夫 純介様

立石 由美子 様

永久保(亡)夫 善孝様

松田 智美子 様

東荻田(亡)夫 勲 様

【大島支所受付分】

山村 嘉幸様

西宇戸(亡)父 實 様

大石 俊士様

川崎市(亡)兄 靖二郎様

ひらど社協だより Vol.93

令和3年 3月15日発行

社会福祉法人

平戸市社会福祉協議会

(本所)〒859-5121 長崎県平戸市岩の上町1466番地

平戸市社会福祉センター内 ☎22-2180/FAX22-3175

【E-mail】hirado@sha-kyo.net

【ホームページ】http://www.sha-kyo.net/

【公式Facebook】https://www.facebook.com/hiradoshakyo

生月地域福祉センター(生月支所) ☎53-2615
田平地域福祉センター(田平支所) ☎57-2223
大島地域福祉センター(大島支所) ☎55-2100



フェイスブックQRコード

～編集後記～

コロナ禍で、高齢者が外出を控えることにより、孤立したり、介護状態に陥ることが問題になっているようです。今回は、運動不足解消や認知症予防のための「コグニサイズ」を紹介しておりますので、ぜひチャレンジしてみてください。また、地域では一人暮らしの高齢者が、孤立しないように積極的に声掛けを行い、コロナ禍をみんなで乗り切りましょう。

→次号は令和3年5月14日発行予定です。