

* 本号の主な内容 *

- 区の放射線対策についてお知らせします……3面
- すぐ聞く!すぐ行く!すぐ対応!こちらすぐやる課です ……………8面

バルーンアートボランティア養成講座
風船で動物などの形を作るバルーンアートを、保育園などで子どもたちに教えるボランティアを養成。



子どもたちと触れ合っ**て若いエネルギーをもらい、気持ち**が若返りました。
楽しい講師になって、仲間と一緒に子どもたちと交流したい**と思います。**
受講生 なかつじ かじろう 中辻 賀治朗さん(77歳・高砂在住)

技術を社会に役立てたい

- 講師(葛飾バルーンクラブ)
- まつおか あきこ 松岡 晶子さん(58歳・青戸在住)

毎回、受講生の方が生き生きとした表情で講座に参加しています。自分の技術を社会に役立てることができてうれしいです。これからも受講生の方に笑顔になってもらえるように頑張りたいです。



元 気 い っ ぱ い !

第二の青春

うんどう教室 (参加無料)

日常生活の中で「つまずき」「ふらつき」を予防するための運動を、公園内にある専用の器具を使って実践。



専門的な知識がある方から指導が受けられます。実際、足が軽く感じるようになりました。

参加者 むかいはら てつお 向原 哲雄さん (87歳・鎌倉在住・写真左)

区では、高齢の方を対象に、社会参加や仲間づくり、ボランティアなど地域活動のための知識・技術の習得を目的としたさまざまな講座を開催しています。そういった取り組みが評価され、日経グローバル231号(平成25年11月4日発行)掲載の高齢化対応度調査で葛飾区は全国702市区の中で総合評価第6位に選ばれました。

**シニアまち歩き
コーディネーター
養成講座**

まち歩きの楽しさを実感するとともに、ふるさと葛飾の魅力を掘り起こして、区内外の方を案内する技術を習得。



1月15日(水)「新春初詣 柴又七福神めぐり」開催(6面参照)。

受講生がまち歩きを楽しんでいる様子を見ることが生きがいです。

自分が持っている知識を、多くの方に伝えたいです。

講師(まち歩きを創る会) あづま たかし 我妻 敬さん (82歳・東立石在住)

うんどう教室開催公園

高砂北公園 (高砂4-3-1) 毎月第2・4(水) 午前10時30分~11時30分	お花茶屋公園 (お花茶屋1-22-1) 毎月第4(水) 午前10時30分~正午	間栗公園 (西新小岩2-1-4) 毎月第4(水) 午後2~3時30分
--	--	---

同世代とともに楽しく生活したい

地域指導員 すぎうら かつとし 杉浦 勝利さん(77歳・鎌倉在住)



うんどう教室では最初参加者でしたが、現在は参加者のお手伝いをする立場です。健康増進はもちろんですが、同世代の仲間と交流できる機会があることは大切だと思います。今後も同世代の方が、葛飾区で元気に楽しく生活ができるよう、一緒に頑張りたいと思います。

葛飾の魅力を再発見

受講生 かとう みえこ 加藤 美恵子さん(69歳・金町在住)



講座に参加し、自分が住んでいるまちを歩いてみて、あらためてふるさとの魅力を再発見できました。歩くことは健康にも良いですし、何よりも講座を通じて多くの方と接することができて楽しかったです。

今後の講座の予定は広報かつしかでお知らせします。

【担当課】

高齢者支援課 ☎5654-8256
シニア活動支援センター ☎5698-6201

