

# しあわせさん

## SUN

社協だより

2012

(平成24年12月)

No.27

### 主な内容

- ボランティア功労者厚生労働大臣表彰、全国社会福祉大会ほか … 2 ページ
- 久慈市社会福祉大会 ……………… 3 ページ
- 平成24年度福祉作文コンクール優秀作紹介 ……………… 4 ～ 6 ページ
- 生活復興支援のお知らせ・生活福祉資金のご案内 ……………… 7 ページ
- 老人クラブ社会奉仕の日、支えあい活動地区説明会 ……………… 8 ページ
- お知らせ・ご案内 ……………… 9 ページ
- 歳末たすけあい運動にご協力をお願いいたします！ ……………… 10 ページ

## 転倒・介護予防講座



講師の皆さん (写真左から)

北湯回 純先生 (身体教育医学研究所主任)

武藤 芳照先生 (東京大学副学長)

管 栄一先生 (整形外科医)

11月11日(日)、久慈市総合福祉センターにおいて、「転倒・介護予防市民講座」を開催したところ、市内外から130人の参加をいただきました。

武藤芳照先生(東京大学副学長)の講演では、「特別なことをするのではなく、普段の暮らしの中でほんの少し意識を変えて工夫と努力をすれば、いつまでも健脚を保ち、転倒・骨折、寝たきり、介護を予防することができる。温水プールを利用したウォーキングが足腰への負担が少なく、尚且つ筋力アップ、バランス訓練に効果的。」と温水プールでの運動効果についてお話がありました。ぜひ、温水プールで健康な体づくりを始めましょう！(プールの教室は、10ページにご案内しています。)

平成24年度

# ボランティア功労者 厚生労働大臣表彰

ボランティア功勞 門前青年部いちょう会

9月29日にボランティア活動を永年率先して行っている団体として、門前青年部いちょう会が厚生労働大臣より表彰されました。いちょう会は盆踊りや敬老会などの地域事業への協力を続けているほか、活動の益金を久慈市社会福祉協議会に寄付するなど、29年の長きにわたり活動されています。(敬称略)

平成24年度

# 全国社会福祉大会

11月16日開催の「平成24年度全国社会福祉大会」において、多年にわたり社会福祉の増進に貢献された次の方々が表彰されました。(敬称略)

厚生労働大臣表彰

- ◇社会福祉事業団体関係者 谷地レイ子
- ◇共同募金運動奉仕者 菊地 昭己
- 中央共同募金会会長表彰
- 国際ソロプチミスト久慈

第81回

# 全国民生委員児童委員大会

10月18日開催の「第81回全国民生委員児童

委員大会」において、地域の福祉向上に尽力された次の方々が表彰されました。(敬称略)

全国民生委員児童委員連合会会長表彰

◇永年勤続民生委員・児童委員

- 間 加壽子 蒲野しず子 大久保 哲
- 高畑小三郎 佐藤セイ子

第65回

# 岩手県社会福祉大会

11月8日開催の「第65回岩手県社会福祉大会」において、多年にわたり社会福祉の増進に貢献された次の方々が表彰されました。(敬称略)

(敬称略)

岩手県知事表彰

◇民生児童委員

◇社会奉仕功勞者

岩手県知事感謝状

◇在宅介護者

岩手県社会福祉大会会長表彰

◇社会福祉事業功勞者

〔民間施設役職員〕

◇ボランティア活動功勞者・団体

◇共同募金運動功勞者・団体

櫻庭 松美 新田 芳己

小久慈小学校ボランティア委員会

岩手県社会福祉大会会長褒賞

◇在宅介護者

滝澤ヨシノ 大久保眞利子

下川原瑞穂 関口 敏

## 福祉作文コンクール入選作

平成24年度福祉作文コンクールは、市内小中、高等学校から51編の応募をいただき、審査委員会（大芦賢一委員長）において、次のおり入選作が決定されました。(敬称略)

### 小学校低学年の部

- ✍️ 優秀作 長内小学校3年 石崎 佳 菜
- ✍️ 準優秀作 小国小学校3年 下國 力 貴
- ✍️ 佳作 宇部小学校2年 大沢 琳 温

### 中学校の部

- ✍️ 優秀作 山形中学校3年 上有谷 和 歌
- ✍️ 準優秀作 侍浜中学校1年 安ヶ平 智 美
- ✍️ 佳作 大川目中学校1年 中森 侑 央
- ✍️ 佳作 大川目中学校3年 菱事 奈 菜
- ✍️ 佳作 侍浜中学校3年 日當 若 夏
- ✍️ 佳作 山形中学校3年 角 夏 美

### 小学校高学年の部

- ✍️ 優秀作 宇部小学校4年 宇部 祥 平
- ✍️ 準優秀作 小国小学校6年 芦久保 未 来
- ✍️ 佳作 小国小学校4年 女供 明日香
- ✍️ 佳作 小国小学校5年 清水 焯 花
- ✍️ 佳作 長内小学校6年 濱田 真 帆
- ✍️ 佳作 大川目小学校6年 仲村 結 奈
- ✍️ 佳作 宇部小学校6年 澤里 早 咲
- ✍️ 審査員会特別賞 小久慈小学校4年 佐藤 優 衣

### 高等学校の部

- ✍️ 優秀作 久慈東高校2年 横澤田 怜 美
- ✍️ 準優秀作 久慈東高校2年 小田 佳 子
- ✍️ 審査員会特別賞 久慈東高校2年 廣 崎 仁

# 岩手県老人クラブ大会

10月11日開催の「第44回岩手県老人クラブ大会」において、多年にわたり高齢者福祉の増進に貢献された次の方々が表彰されました。

(敬称略)

## 岩手県老人クラブ連合会会長表彰

### ◇老人クラブ育成指導功労者（会員表彰）

中平 弘志 蕪田 精六

### ◇優良単位老人クラブ

長内老人クラブ 小久慈老人クラブ日吉会

## 平成24年度

# 久慈市社会福祉大会

平成24年度久慈市社会福祉大会は、11月16日、久慈市総合福祉センターで行われ、福祉関係者など300人の参加をいただきました。式典では、多年にわたり社会福祉の発展に貢献された29名(団体)と福祉作文コンクールに入選された児童生徒20名が表彰されました。また、すべての市民が、健康で安心して住み慣れた地域で、生きがいを持って生活を送ることができる地域社会の実現に向けて、住民、行政、関係機関・団体が一層協働して、被災住民の生活復旧・復興に向けた取り組みや、住民がお互いに支えあい、助けあう福祉コミュニティづくりの推進などを積極的に取り組むことを確認しました。

式典後には、「地域を守る地域の絆」と題して(有)ウイルビー代表取締役 志村尚一氏からご講演いただきました。表彰を受けられた方々は次のとおりです。(敬称略)

## 久慈市長表彰

### ◇民生委員・児童委員

中居 繁隆 叶城 榮子  
宇部 タマ 山崎 弘子

廣崎このえ

### ◇広く社会に顕彰する者

グリーンピース

泉澤 忠男 大森竹之助  
越廻 新一 生平 欣一  
高屋敷眞喜子 稲村 和雄

久慈 匡弘 鳥谷峯道子

## 久慈市社会福祉協議会長表彰

### ◇社会福祉事業功労者

〔社会福祉団体役職員〕

澤里 義美 砂沢 里一  
山口安太郎 小田 ナミ

〔民間社会福祉施設役職員〕

吉田 勝美 安田 君夫  
菱事美可子 清水 誠

前田 久子

### ◇ボランティア活動功労団体

岩手県北部地区郵便局長会

### ◇共同募金運動功労団体

久慈市華道協会

アクセシブル久慈

### ◇褒賞

加藤 国敏 伊藤 重子  
外館 昭八



大会宣言(案)を朗読する久慈東高校2年 小田佳子さん



久慈市長表彰の越廻新一様



志村尚一氏による記念講演



表彰を受けられた皆様、おめでとうございます



# 福祉作文コンクール

平成24年度

## 優秀作紹介

小学校低学年の部  
優秀作

### 物を大切にすること



長内小学校三年  
石崎 佳菜

わたしは、夏休みにおばあちゃんといっしょに「あぶらもち」を作りました。あぶらもちは、むかしのおやつだそうです。これはおばあちゃんが自分のお母さんから作り方を教わったものだそうです。それを聞いた時、「代々つづいていて伝統みたいだな。わたしもこのあぶらもちの作り方をおぼえておいて、大人になったら伝えていきたいな。」と思いました。この作り方はわたしのお母さんもおばあちゃんから教わったことがあ

ります。道具は、おばあちゃんがひいおばあちゃんからうけついで物だと聞いておどろきました。

一回目はおばあちゃんといっしょに作って、ぶんりょうやどんな味に出来るかを教わりました。そして二回目はわたしだけで作ってみました。自分だけで作った時は少しあまさが足りませんでした。が、売っているおもちとはちがうおいしさがありました。

おばあちゃんの家にはむかしの遊び道具がたくさんあります。わたしのお父さんが子どもの時に遊んだものだそうです。おばあちゃんが大切にしまっておいたものでも物を大事にしているんだなあと思いました。古くなったらすぐにすてて、新しいものをどんどん買うことはかんたんだけど、物を大事に長く使うことはとてもむずかしいことだと思います。

この間、社会科見学で行った「レトロ館」で、せつ明をしてくれた人が、

「物を大事にする人は、まわりの人にもやさしくできる人です。みなさん、ぜひ物を大切にできる人になって下さい。」

と言っていました。わたしは、おばあちゃんがいつもやさしくいろいろな事をわたしに教えてくれるのは、そのせいだと思います。

わたしもこれから、おばあちゃんのように、物を大切に出来る人になりたいです。

小学校高学年の部  
優秀作

### おばあちゃんをまめたい



宇部小学校四年  
宇部 祥平

今日は敬老の日です。ぼくのおうちのおばあちゃんは、八十一才です。ぼくと七十近くも年の差があります。ぼくは、おばあちゃんの十一番目の孫です。おばあちゃん

は背が低く細いです。とてもかわいく見えます。家族のだれよりも

早起きで、起きるとすぐに毎日田んぼにいったお米の様子を見ます。ぼくが二年生の時に、おじいさんが死んでしまつて、おばあちゃん一人だけで農作業をすることが大変になったからいっしょに住むことになりました。それ以上に、おじいさんがなくなつてとてもさみしそうに見えることが多くなつてきたのも理由のひとつです。ぼくは、おばあちゃんに困っていることがあつたら、思いやりと心づかいで支えてあげたいと思いました。

たとえば、いっしょに野菜や田んぼの仕事をする事です。田んぼは水を見たり、野菜が育っているか見たりします。おばあちゃんと田んぼに行つて水の流れを確かめているときに、

「祥平よ、水がないと稲は育たないんだよ。ただ水を流せばいいのではなくて、稲の気持ちになつてちようどいい水を流してあげないといけないんだよ。」など、たくさんのことを教えてくださいます。

また、買い物のお手伝いもしてあげたいです。スーパーで買いたい物をするのを楽しみにしているおばあちゃんですが、スーパーまで行つたり、物をさがしたりするのは、おばあちゃんには、大変だと

言っているからです。お目当ての物を見つけた時、おばあちゃんは、「祥平のおかげで、とても助かるよ。」

と言ってくれます。ぼくは、それを聞くとおばあちゃんの役に立っておばあちゃんが目的の物を買えてよかったなあ。と思います。

買い物は、時間がかかりました。

宇部駅からスーパーまでも遠いし、宇部駅から家までも二キロ近くありますが、おばあちゃんの買った荷物を持ってあげながら、おばあちゃんの速さに合わせて、ぼくはゆっくりと歩きいろいろ話をします。

おばあちゃんは、ぼくに、

「祥平は、一日も休まないで学校に通ってえらいな。祥平が学校で一生活けんめいがんばってるのを見ることが、おばあちゃんの今一番の幸せなんだよ。」

と言ってくれます。ぼくも応援してくれるおばあちゃんのためにがんばりたいと思います。

先日、宇部町の敬老会でぼくたち宇部小の四年生もわんぱく太鼓をひろうしました。おばあちゃんもその場に来ていました。ぼくはカいっぱい太鼓をたたきました。

おばあちゃん、これからもぼくが大きくなって、おばあちゃんにもっとたくさんのお話をあげ

られるようになるまで、元気で見守ってね、と願いながらえんそうしました。



中学校の部  
優秀作

おじいちゃんがくれた

私の夢



山形中学校三年  
上有谷 和歌

私の母の父、つまり私の祖父は、去年の十月に「誤嚥性肺炎」で亡くなりました。

おじいちゃんはどうに八十歳を超えていましたが、毎日の畑仕事を生き甲斐にして、いつも私達においしい野菜をたくさんくれました。畑仕事から帰ってくると、おいしそうにお酒を飲みながら楽しい話をしてくれたり、大好きな猫と遊んだりしているおじいちゃんを見てみると、「生きるって素晴らしい」と思えて、自然に笑顔になってしまおうのです。

だからこそ、あの日

「おじいちゃんが倒れた。」

と電話口で叫んだ母の声と、その後の騒動は私にとって、どうてい

信じがたいことでした。しかし、それは紛れもない事実で、おじいちゃんはその後、病院やりハビリ施設への入退院を繰り返すことになりました。

私がお見舞いに行くと、私の知っている話好きで明るいおじいちゃんはどこにもなく無口で暗い、「見知らぬおじいさん」がそこにいました。しかし、その人は確かに私のおじいちゃん、体が不自由になっただけでなく、話したくても話せない症状も併発していたのです。私は心の中で、

（以前のようによく話せるおじいちゃんに戻ってほしい。でも、どうすれば治るのだろうか？誰が助けてくれるのだろうか？）

と、何度も何度も思いました。

病院の方々の手厚い治療により、おじいちゃんの症状は次第に落ち着きました。長く寝込んでいたために関節が硬くなり歩けなくなっていました。そして、リハビリ治療が始まりました。理学療法士の指導で少しずつ歩く練習をするのです。以前から福祉関係の仕事に興味があった私は、おじいちゃんのお見舞いがてら、リハビリの様子に心を惹かれ、じつくりと観察するようになりました。理学療法士の方はおじいちゃんに合った治

療計画に沿って、優しく励ましたり褒めたりしながら根気よく歩行機能を高める訓練をしてくれます。痛みのため、時折苦しそうな表情をみせていたおじいちゃんも、関節が曲がるようになったり、歩けるようになるにしたがって、笑顔を見せることが多くなりました。

私は、不自由な体になったおじいちゃんを助けてくれるのは理学療法士であり、リハビリの大切さを実感しました。

ところが、もう一つ私がおじいちゃんを助けたいと思ったことは、「歩く」ことだけでなく「話す」こともでした。そのことを母に話すと、「言語聴覚士」が会話の不自由な人を助けると言われました。調べてみるとそれは「話す」「食べる」「聞く」などの日常動作を手助けする仕事だということです。しかしその資格を持った人は、全国的に数が少ないということでした。それを知った私は、

「おじいちゃんのように自由に会話ができなくて困っている人を助きたい。言語聴覚士になりたい。」と、強く思うようになりました。

一年後、おじいちゃんは天国へと旅立っていきしましたが、私の心の中では「明るいおじいちゃん」と「話せなくなったおじいちゃん」





# 生活復興支援のお知らせ

## 生活復興支援資金の貸付

東日本大震災により被災した所得が少ない世帯が対象で、当面の生活費、住居の移転費、家具什器・自動車購入等に必要な経費、住宅補修等に必要の経費の貸付です。  
※ 貸付条件等、詳細については、お問合せください。

## ボランティアの派遣

(復興支援ボランティアセンター)

被災された皆さんにボランティアがお手伝いします。

○受付時間：月曜日～金曜日 9:00～16:00  
○お手伝いの内容：引越、掃除、話し相手など

## 生活支援相談員による訪問とサロン活動

### ○訪問活動

相談員が被災された世帯を訪問して、体調の変化や心配ごとなどをお伺いしています。お電話での相談はもちろん、ご希望に合わせて訪問いたしますので、お気軽にご連絡ください。

### ○サロン活動

心のケアを目的としたサロンを開催しています。サロンでは、血圧測定や個別相談、語り合い、簡単な体操などを行っています。お気軽にご参加ください。

#### ① 被災地区でのサロン活動

被災地区で1～2ヶ月に1回程度のペースで開催しており、地域の回覧板などでご案内しています。  
〔開催地区：湊町上、湊町中下、元木沢、二子、玉の脇、夏井駅前・大湊、半崎、久喜、小袖、幸町(応急仮設住宅)〕

#### ② サロンここから

開催日：第1週・第3週金曜日 9:30～11:30  
場所：久慈市こころとからだの相談センター（久慈市保健センター）

お申し込み・お問い合わせは社協まで 53-3380

# 生活福祉資金のご案内

## 総合支援資金

失業や収入の減少により、世帯の生活の維持ができなくなった等、生活の立て直しのための貸付資金です。

生活支援費…生活再建までの間に必要な生活費用（二人以上…月20万円以内、単身…月15万円以内）  
一時生活再建費…生活を再建するために一時的に必要かつ日常生活費で賄うことが困難である費用（60万円以内）

### 借入ケース例

就職するまでの生活費が足りない。住宅の賃貸契約の費用が足りない。など

所得が少ない世帯、障がいがある世帯などの経済的自立と生活の安定を目指し、民生委員や社協が窓口となって無利子または低利子（年1.5%）で資金をお貸しします。

## 福祉資金 福祉費

福祉機器の購入や、商売・結婚・出産・葬儀・引越・住宅改修等の経費、また日常生活上一時的に必要な経費等をお貸しするものです。  
※貸付限度額については、お問い合わせください。

### 借入ケース例

商売を始めたい。技能資格をとりたい。結婚・出産・葬儀の費用が足りない。引越の費用が足りない。住宅の増築、改修、補修等に必要の経費。医療費が足りない。など

## 福祉資金 緊急小口資金

緊急的かつ一時的に世帯の生計維持が困難となる場合の貸付資金です。（10万円以内）

### 借入ケース例

医療費または介護費など、臨時の生活費が足りない。火災等の被災によって生活費が必要。など

## 教育支援資金

高校、大学、短大、専門学校への就学に際し、入学金・制服等の就学経費と、授業料・通学定期代等の修学経費の貸付資金です。

教育支援費…高等学校、大学等の授業料や修学に必要な経費（高等学校…月額3万5千円以内、大学…月額6万5千円以内）  
就学支度費…高等学校、大学等への入学に際し必要な経費（貸付限度額 50万円以内）

## 不動産担保型 生活資金

今お住まいの居住用不動産を担保に生活資金をお貸しします。  
※高齢者世帯が対象です

■「連帯保証人」が必要です。ただし、連帯保証人を立てられない場合でもご利用できますが、利子が加算されます。  
（緊急小口資金・教育支援資金は、連帯保証人は不要です）

貸付限度額、返済方法は資金の種類によって異なりますので、詳しくは社協にお問合せください。

久慈市社協 本所 53-3380・53-3377/山形事務所 72-2800

## 『地域、みんなで支えあうまちづくり』をめざして

### ■ 支えあい活動地区説明会（市と社協共催）を開催しました！

10月17日～11月1日にかけて、市内9地区において、支えあい活動の説明会を開催したところ、延べ204名の参加をいただきました。ご参加くださいました皆さん、ありがとうございました。

誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って、安心して暮らすことのできる地域をつくるため、町内会・自治会などの地域団体や民生・児童委員、事業者などの皆さんと協力して、地域での支えあい活動に取り組んでいます。



宇部地区説明会



小久慈地区説明会

### ■ 説明に伺います！

地区説明会の次の段階として、更に多くの皆さんに支えあい活動を知ってもらうため、町内会等の役員会など地域で集まる機会に合わせて、説明にお伺いしておりますので、お気軽にご連絡ください。なお、説明時間は20分程度で、次の事業を説明します。

①災害時要援護者支援事業 ②ふれあいサロン ③あんしんサポート事業 ④支えあいマップ

連絡先：久慈市 社会福祉課（社会長寿グループ） 52-2119（直通）

久慈市社会福祉協議会 本所 53-3380

## 世代間交流ふれあいフェスタ



11月18日、久慈市総合福祉センターを会場に世代間交流ふれあいフェスタ（主催：岩手県）が開催されました。

ステージイベントのほか、市内のボランティア活動を紹介したパネル展示、昔遊び体験、IBCラジオの公開生放送などが行われ、あいにくの悪天候にもかかわらず約500名が訪れました。

市内のお店などが集まり屋台を組んで行った「久慈うまいもの市」では、久慈市ボランティア連絡協議会による豚汁400食も提供され、集まった方々のお腹と心を温めました。

## 老人クラブ社会奉仕の日

久慈市老人クラブ連合会（会長 村田東助）では9月20日の老人クラブ・全国一斉「社会奉仕の日」に合わせ、「きれいな地球を子どもたちに」を合言葉に、地域社会への感謝と次の世代により環境を残そうと、花植えや清掃美化などの社会奉仕活動に28クラブ、438名が取り組みました。



角柄老人クラブは、侍浜小角柄分校の児童と一緒に花壇の整備をしました。

小久慈町柏会は、神社の境内・参道の清掃を行いました。

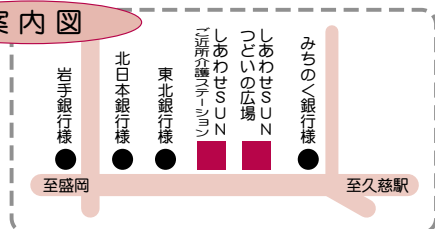




## ふくしサロン「しあわせSUN」行事予定

- 絵本読み聞かせ「よんで! よんで!!」  
12/7(金)・1/17(木)・2/7(木)
- スマイル子育て相談会  
12/21(金)・1/25(金)・2/15(金)
- 手作りおもちゃ講習会「SUNSUNひろば」  
12/13(木)・1/10(木)・2/21(木)
- まちの保健室（健康相談）  
12/8(土)・1/18(金)・2/8(金)
- ※行事予定は変更になる場合がありますので、ご確認をお願いします。
- ◇時 間 いずれも10時30分～  
(まちの保健室のみ10時～)
- ◇問合せ ふくしサロン「しあわせSUN」  
61-3933 (二十八日町1-13)

### 案内図



## 歳末たすけあい芸能大会

- ◇日 時 12月9日(日) 12時30分～
- ◇会 場 久慈市文化会館「アンバーホール」  
大ホール
- ◇入場料 一般 500円、小中高 300円  
前売入場券は、総合福祉センター等で販売中。
- ◇問合せ 社協本所 53-3380  
益金は、歳末たすけあい募金に充てられます。

## 白樺大学夏井地区学級 しめなわ講習会

- ◇日 時 12月14日(金) 午前の部 9時30分～  
午後の部 13時30分～
- ◇会 場 夏井公民館
- ◇内 容 しめなわ作りを講習します  
(午前・午後同じ内容です)
- ◇参加対象 市内に住むおおむね60歳以上の方
- ◇参加費 無料
- ◇定 員 午前・午後各30名  
(定員になり次第締切りとします)
- ◇申込み 12月7日(金)までに社協本所( 53-3380)  
または山形事務所( 72-2800)へ

## 「福祉の村屋内温水プール 年末年始の営業について」

温水プールは、次の期間、休館いたします。

12月29日(土)～1月2日(水)

1月3日(木) 10:00～16:00

温水プールを無料開放しますので、「初泳ぎ」をお楽しみください。



餅つきと  
おしるこのふるまい  
10:30～、12:00～、14:00～

問い合わせ

・福祉の村「屋内温水プール」 53-9292

## 「年末年始の休館日」 のお知らせ

温水プールを除く福祉の村各施設・山形老人福祉センター・ふくしサロン「しあわせSUN」は、次の期間、休館いたします。

12月29日(土)～1月3日(木)

問い合わせ

- ・久慈市総合福祉センター 53-3377
- ・山形老人福祉センター 72-2800
- ・ふくしサロン「しあわせSUN」 61-3933

# 歳末たすけあい運動にご協力をお願いいたします!



今年も12月1日から12月31日まで『みんなでささえあうあったかい地域づくり』をスローガンに「歳末たすけあい運動」が全国一斉に行われます。

戸別募金につきまして、奉仕者（行政連絡区長さん）を通じお願いいたしますので、1世帯300円を目安としてご協力をお願いします。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

また、例年、職場・学校・グループ等からも広くご協力をいただいております。今年もよろしくお願ひいたします。

## みなさまから寄せられた募金は次の方々に激励金としてお届けいたします!

- ◇ 寝たきりまたは日常的に介護を必要とするお年寄り（65歳以上）
- ◇ 一人暮らしのお年寄り（75歳以上）
- ◇ 知的障がい（児）者の方
- ◇ 身体障がい（児）者1級・2級の方
- ◇ 精神障がい者1級・2級の方

昨年度は4,370,176円の募金が寄せられ873名の方々に激励することが出来ました。今年もご協力をお願いいたします。対象者の調査は地域の民生委員さんをお願いしておりますが、いずれも所得が少ない世帯が対象となります。（※生活保護世帯は対象外となります。）

募金は久慈市共同募金委員会（久慈市総合福祉センターまたは山形老人福祉センター内）で受け付けています。



- 久慈市総合福祉センター 53-3377
- 山形老人福祉センター 72-2800

## ご寄付ありがとうございました

(平成24年10月から11月まで) (敬称略)

### ◆ 福祉基金

- ・ 久慈茶道会 ..... 8,000円
- ・ 山形地区更生保護女性の会 ..... 6,500円
- ・ 分道洋子 ..... 3,000円
- ・ 及川忠則 ..... 10,000円
- ・ 産業まつり出品者一同 ..... 5,260円
- ・ 匿名（産業まつり出品者） ..... 10,000円
- ・ 匿名（ " ） ..... 2,000円
- ・ 匿名（ " ） ..... 1,620円
- ・ 匿名（ " ） ..... 1,000円
- ・ 匿名 ..... 10,000円

## 復興支援ボランティアセンター等への支援物資 ご支援ありがとうございました

(平成24年7月から11月まで) (敬称略)

【東京都】 保坂晶子（衣類）

## 健康な体づくりに効果的な 温水プールの教室

◇ 日程 10時30分～11時

- 火…スイムフォーム
- 木…水中ウォーキング
- 土…水中ウォーキング

◇ 料 金 1回 300円  
毎週開催しております  
(12/24～1/14は除く)

19時～19時30分

- 水…水中ウォーキング
- 金…水中ウォーキング

◇ 問合せ 屋内温水プール  
53-9292

## 総合福祉センター健康増進室のご案内

～健康増進、筋力アップのために運動を始めませんか?～

12種類のトレーニング  
マシンでバランス良く  
運動ができます。

- ◇ 料 金 1回 100円(中学生以上)
- ◇ 営業時間 火～金 9:00～18:30  
土、日、祝日 9:00～16:30
- ◇ 問い合わせ 53-3377

