

元気づくり広報部通信

第13号



去月の森 春の植え替え



6月3日(土) 当日は、小雨まじりの少し肌寒い日でしたが、いつもの花の植え替えと、今回は「ほっと森の会」のみろさんがお茶の木の竹垣の取り替えもやってくさいました。参加者の中には、3人のお子さんの参加もあり、賑やかな作業でした。作業のあとは、花と会特製のやまやほと、初物のスイカを割っていただきました。



6月25日のほっとまつりでは、花達か、みろさんをおかえりいただきました。



2017 ほっとHOTまつり よう来たね~!

ふれあえば みんなに広がる 笑顔の輪



のテーマで、ほっとHOTまつりが、6月25日(日)に盛大に開催されました。市民との協働の健康作りのまつりは今年で18回目。まつりには市民約2700人の参加があり、沢山の笑顔とふれあいの交流がありました。趣向を凝らした40の手作りのお店コーナーは、どれも人気で長蛇の列が何ヶ所でもできました。茶屋娘のコッセ、お茶のおもてなし、健康チェック、ゲームコーナーやいろいろな体験手作り品の販売などどれも人気でした。最後にジャンケン大会で景品をもらいみんな笑顔でした。

4月から企画委員として参加した市民は延べ300人。スタッフは100人を超える。「子供ハローワーク」の市内の小中学生8人がスタッフとして協力になってくれました。6年生の2人に感想を聞くと、「いろいろ優しく教えてくれた。」「今までやったことのない事を体験出来た。」「自分の世界が広がった。」と話してくれました。



屋外では、紙飛行機の飛ばし体験があり、1位には1mもあるミニトマトの鉢植えと景品が配られました。1位は4年生の男子で「いっぱい嬉しかった」と笑顔でした。

燕市から参加してくれた「元気磨きたい」のメンバー5人がまつりの感想を話してくれました。



- ① にぎやかで、子供や若いお父さんお母さんが沢山参加していて驚いた。食べ物ゲーム、体験遊びなど楽しみがいっぱいあり、魔法のドアを開けるよう。
- ② 健康たいないのコーナーは、血管年齢、血圧のチェックなど、健康に關心がありグッズ正解の景品も豪華で、お得意があり、とてもよかった。
- ③ まつり参加者を公募して、みんな一緒にのんびりがいい。参加者が入りやすい、すごくみんなの温かさを感じた。...など、など、... ほっとHOTまつりは出合いの場、自分も元気になって楽しんで、元気をお返し、笑顔と感動を残し、大勢の皆さんに元気発信が出来ました。

元気づくりプログラム日程表

7月	8月	9月
4日 食を通して健康づくり 脳活クラブ	1日 食を通して健康づくり(収穫祭) 脳活クラブ	5日 脳活クラブ
5日 ウォーキング企画会①	3日 ふれあいキルト にこ楽胎内花壇・畑・公園づくり	7日 ふれあいキルト にこ楽胎内花壇・畑・公園づくり
6日 ふれあいキルト にこ楽胎内花壇・畑・公園づくり	10日 にこ楽料理 テマ「棒だら煮」	13日 育ちの森公園づくり
10日 にこ楽夏のイベント企画会②	17日 ほっと料理 テマ「夏野菜作りおきレシピ」	14日 にこ楽料理 テマ「いと煮」
11日 ほっと料理 テマ「健康的な酒のつまみ」	18日 HOTふれあい健康会	15日 ウォーキング企画会③
12日 育ちの森公園づくり	23日 育ちの森公園づくり	19日 脳活クラブ
13日 にこ楽料理 テマ「食育PR隊」		20日 ほっと料理 テマ「パッククッキング」
14日 HOTふれあい健康会 (胎内川沿いコース)		22日 HOTふれあい健康会
18日 脳活クラブ	8日 にこ楽夏のイベント	
31日 食を通して健康づくり(収穫)		27日 ウォーキングイベント

☆みんなのお茶やは、第2、4火曜日に にこ楽胎内にて活動しています。



元気ふれあい広め隊(GFH)キックオフ会

平成29年4月14日開催

今年度元気ふれあい広め隊(GFH)を担当する保健師は、佐藤さんと熊谷さんです。よろしくお預り致します。

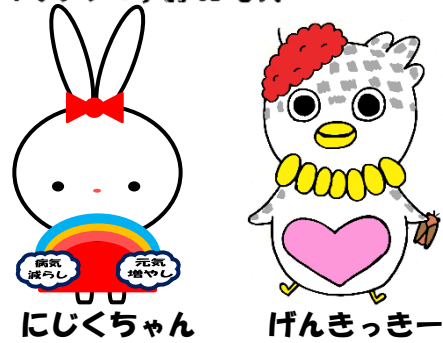
南会挨拶(要旨)

須貝健康づくり課長：第2次胎内市総合計画は①選択と集中②未来への投資③市民協働の3つが柱になっています。市民協働については、GFHとよきパートナーとして事業を進めていきましょう。

花形GFH隊長：政治の世界で「付度(そんたく)が悪い言葉のようなイメージを与えていますか。付度とは「他人の心の中を押し測ること、検討をつけて行動すること」だそうです。GFH10か案を大切にいつ、付度を大切にしていきたいと思えます。

◎28年度活動の振り返り

2車軸の健康づくり、キャラクターの「にじくちゃん」、元気つくりのPRキャラクターの「げんきっきー」GFH10か案の石確認。



◎29年度の活動内容の検討

グループワーキング：自己紹介をかねて、事業に取り組むうえでの気持ちなどを意見交換しながら年間計画をまとめた。

活動計画

企画会

6月25日(日) ほっとHOTまつり	4月20日, 5月25日, 6月9日
8月8日(火) にこ楽夏のイベント	6月13日, 7月10日
9月27日(木) ウォーキングイベント	7月5日, 8月9日, 9月15日
10月16日(月) 花々会ピザパーティー	
10月25日(水) GFH石確認会	
12月26日(火) にこ楽冬のイベント	11月21日, 12月5日

30年3月9日(金) 元気づくりプログラム体験会 1月4日, 2月2日, 2月16日

場所を問わず、固りに元気になる活動についてはGFHができること、職員ができることがあり、共に元気になることをめざして行きましょう。

連絡事項

- 健康スタッフの国について
- ボランティアスタッフについて
- ボランティア保険について



元気づくりプログラム

胎内いいとこ巡りがおたから散策コースを発掘

胎内いいとこ巡りは、胎内市の魅力あるウォーキングコースを発見し、ウォーキングマップを作成しています。今回はほっとHOT中条をスタート地点として本町通りのみどころを巡る「おたから散策コース」を作成しました!! 中条が宿場町だった頃の歴史や、地形の特徴など、「こんなに身近にあったのに知らなかった!」「もっと知りたい!」と思うこと間違いなしの、魅力満点のコースになります。



おたから散策コースは、

7月14日(金)にHOTふれあい健康会とタイアップして9:30~お披露目会を行います。

また、胎内いいとこ巡りは一斉に活動する中間も募集しています。ご興味のある方はぜひ、健康づくり課までご連絡ください!!



ほっとHOT中条健康づくり課 44-8680



名人紹介コーナー ファイル No.18 心もかもく名人 嵐 睦子さん

心もかもく劇団の活動

- 歯科保健計画ができ、お口の健康づくり(に関する知識を普及するため)に活動している。
- 2011年から活動開始。シナリオも、道具、小道具もすべて手作り!
- H24は「心もかもく 歯みくろ ムシ油」をテーマに役者がセリフを覚えて演じていたが、H25から10-70スタートで「ムシバイ菌のぼうけん」というテーマで行っています。

元気づくり活動で大切にしていること!!

- 大きな声で、声かける。
- 人見知りせず、おしゃべり☆よく笑う😊
- 病気があっても苦にしない

他にもこんな活動しています!!

- Cafe よんす 虹色カネにも出ています
- ファミサポや子育て支援センターの子育てボランティア
- 地域のサロンの役員 など...
- (心もかもくの人とふれあって、自分も楽しみ、元気にいき、まわりの人も元気にいける活動をしています)

