

「災害が来るその前に！ 災害ボランティアセンター について学ぶ」

第一部は櫻井皓氏（西湘災害ボランティアネットワーク）による講義がありました。ボランティア活動の鉄則はできることをできる時にできる範囲で行うこと。一生懸命に働いている姿が被災者の心を慰め、やる気を出させること等、地元住民ボランティア活動の大切さを学びました。

登録災害ボランティア向け学習会 2月3日(日) 10時～りんどう会館



願いを込めていただきました

第二部は眞壁賢一氏（災害ボランティアチームDARST）の指導で受付、登録班、マッチング班等に分かれてボランティアセンター運営体験をしました。さらに関直子氏（DARST調理師）より提供された恵方巻は、保存食を利用した具材はもとより、アルミホイルを使い衛生面にも工夫がされており、とてもおいしいもので、避難所でも活用できます。

一般向け災害ボランティア養成講座 2月23日(土) 10時～文化会館

「心と身体を守るために 学ぼう避難所ヨガ」

エコノミー症候群を予防し、災害関連死を防ぐために、眞壁賢一氏の講義と、この日のために考案された、避難所でできるヨガを登録災害ボランティアの矢野由花氏（ヨガインストラクター）の指導により体験しました。避難所では常に様々なストレスで、活動意欲が低下しがちですが、身体を動かすことでそれを軽減できます。参加者は自分のペースで気持ち良く体験でき、好評でした。

（広報委員 澤口京子）



呼吸が大事！

南足柄地区に 支え合いの輪を！



南足柄地区生活支援活動
（仮称：おたがいさまネットみなみ）
発足に向けて

すでに岡本地区で活動が開始している生活支援活動の取り組みを、南足柄地区でも立ち上げる準備が11自治会の14名からなる委員会にて始まっています。

昨年9月以降、活動内容や周知方法、アンケート調査について検討を行い、12月から1月にかけて、地区内にお住まいの方にアンケート調査を実施しました。「お手伝いしてほしい」と回答した方は78名、「お手伝いできる」と回答した方は295名でした。

今年5月から順次、各地でアンケート結果報告や利用方法について説明会をおこないます。詳細は、社協ホームページや市の広報誌でお伝えします。

	お手伝いしてほしいこと	お手伝いできること
1位	草むしり	日常のゴミ出し
2位	電球・照明交換	電球・照明交換
3位	掃除	買い物

人数は2019年2月15日現在
（アンケート調査の結果より）

経験豊かなシルバーパワー いろいろお手伝い致します



- ☆植木の剪定や除草
- ☆お掃除や襖張り
- ☆親切なパソコン教室
- ☆デジタルカメラ撮影講座
- ☆こどもの一時預かり

お気軽にお問い合わせください



南足柄市シルバー人材センター
〒250-0113南足柄市岩原1016-1おかもと福祉館内
TEL.0465-72-0789 FAX.0465-73-4055

（当事務所の特色 3つの柱）

- ◇財産の管理、税金の相談
- ◇「成年後見」等のお手伝い
- ◇円満な相続及び相続対策のお手伝い

税理士法人 押田会計事務所

小田原事務所 〒250-0011
小田原市栄町1-11-16Mビル5F
TEL.0465-20-1170
横浜事務所 〒220-0005
横浜市区南区南幸2-19-4折目ビル4F
TEL.045-313-1546
<http://www.oshidakaikai-tms.or.jp>



医療法人

おぎの整形外科・歯科

診療時間

整形外科 AM9:00～12:00
PM3:00～6:00
歯科 AM9:00～12:00
PM3:00～6:00
土曜日のみ
PM2:00～5:00
休診日 水・日曜・祝日



整形外科 TEL.0465-73-1100
歯科 TEL.0465-73-2288
〒250-0105神奈川県南足柄市関本750-1
<http://www.ogino.or.jp>