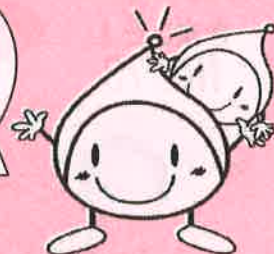


ささえ

新しい年の幕
開けです。win
winの関係で頑
張りましょう！



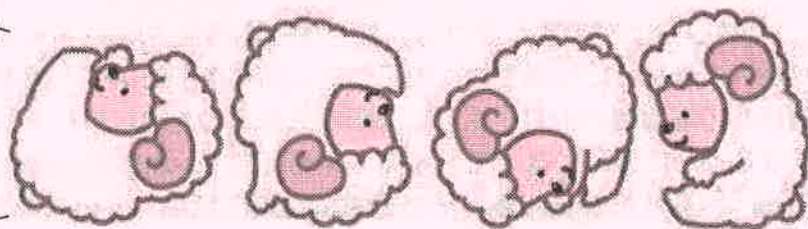
エールくんとミニさぼちゃん

奇数月発行

あけましておめでとうございます

2014年は岩国地域でも災害が
発生し、悲しい出来事が色々ありま
した。2015年は良い年でありま
すように！

いわくに市民活動支援センターも
発展、継続するようにスタッフ一同
頑張ります。よろしくお願いします。



今年は地域のリーダーや地域コーディネーターの育成をめざ
します。皆さんご協力よろしくお願いします。



市民活動カフェ 2015

日時:平成27年2月1日(日) 会場:岩国市民会館

今年のテーマ

“はじめる力” “つなげる力” “つづける力” が
“ボランティアの底力”

おんがくこうじょう。

ちびっ子ガイド

ピノキオを作ろう

協働事例発表

手話・点訳・要約筆記

温暖化診断・紙トンボ

エコキャップアート
鞍隆くん

おもちゃ交換ひろば

3B体操・手品
フラメンコ

高森チンドン隊



取材に行っ
てきました！
No. 73

脳の活性化訓練をしよう！ 認知症予防クラブ



認知症予防クラブ
代表 村岡 恒信さん

団体立ち上げのきっかけは、社会福祉協議会主催の「地域担い手応援講座」に参加した受講生が、NPO法人認知症予防ネット理事長高林実結樹さんの講演会の中で「すでに認知症を発病した方たちが、予防教室に参加するうちに楽しくなって、イキイキしてきて、意欲も記憶力も湧いてきた。」「脳活性化ゲームを、それぞれの地域で活用していただきたい。」という言葉聞いたことから「よし、岩国でもできるだけたくさんの人に体験していただく！」を聞いたことから普及活動に取り組み始めました。

認知症予防クラブ（オレンジ会）は、平成26年3月、17名のメンバーで発足しました。

「明るく、頭を使って、あきらめない」をモットーに、脳活性化ゲームによって認知症予防活動を行っています。

各地域のサロン等へ出向き、手や道具を使ってのゲームの楽しさはいつも会場が笑顔であふれるそうです。

メンバーの皆さんは、日々、予防に関する幅広い知識習得に努めておられます。



認知症予防ゲームを学んでいる様子



認知症予防ゲーム普及活動をしている様子

認知症は色々な原因があると言われています。しかし、認知症と物忘れは違います。

だんだん年を取ると物忘れがひどくなりますが、加齢に伴う物忘れは「～をどこにしまった」「だれかと約束をした」ということ自体は覚えているようです。認知症は「どこにしまったか」「誰と約束したか」それ自体を覚えていないということです。

この会は認知症の発症を防いだり、時期を遅らせたりするゲームや生活習慣を見直すアドバイスをしています。その手法は指の運動や道具を使って、瞬時に判断するゲームをしたり、人とよく話し、笑い、いろんな方とお付き合いをすることの大切さをお話しています。



じゃんけんゲームで優勝したよ！



認知症予防ゲーム（例）「認知症予防ゲームより抜粋」
両手を一緒に使って[1]～[5]までを唄いながら現す。♪♪♪ 1,2,3～2,4,5 ♪♪♪



岩国市長のお話

岩国市は65歳以上の高齢者が全人口の約32%。75歳以上は全人口の17%となっています。

（12月1日現在 情報統計による）。これからも認知症は増える傾向にあります。

会員はこの会に参加して「父が…母が…認知症になったが、患者との関わり方が分かった。」「認知症予防ゲームの効果があった。」「自分が体験して予防になっている。」「理論ばかりでなく、実践して初めて効果がわかった。」「これから地域の人に恩返しができる。」など、予防する必要性を痛感しています。会員は、各地域に出向いて、普及活動しています。みなさん、一緒に体験しましょう！（柳原）



●お問い合わせ●

認知症予防クラブ

代表 村岡 恒信さん

TEL 0827-21-8871

認知症を予防するためには

1. 食事をバランスよく、少量
2. 週に3日の有酸素運動
3. 外に出て、たくさんの人と出会い、話し合う
4. 日記をつける

市民活動団体のイベント情報



「内裏びな」まつり

城下町回遊路一帯で「内裏びな」まつりを開催します。岩国城下町の「内裏びな」物語には、商売繁盛の話と悲しい話の二つ民話が存在しています。それを国の登録文化財 国安家住宅で紙芝居を開催し、民話を伝承します。また、お茶や甘酒、おみやげの販売も実施。

- と き 平成27年2月28日(土)～3月15日(日) 10:00～15:00
- 場 所 錦帯橋周辺(岩国側)
- 問合せ 岩国まちづくり桜の会 Tel 0827-41-2318 (いけだ進物店内)

「第2回桜の手入れを学ぶ講座」

錦帯橋周辺の桜の木にきれいな花を咲かせるために、多くのボランティアの人が関わってお礼肥や病気の世話などを行っています。あなたもきれいな桜の花を咲かせるコツを学びませんか？

- と き 平成27年2月14日(土) 10:00～12:00
- 場 所 サンライフ岩国 ●参加費 無料
- 講 師 正本 良忠氏(広島県緑化センター)
- 問合せ 錦帯橋さくら守の会 Tel 090-3786-9938 (児玉)

ボランティアガイド養成講座

貴方の余暇をボランティアガイドとして使ってみませんか。岩国に訪れた観光客をご案内してみたいと思われる方、一度チャレンジしてみましょう。

- 募集案内 平成27年1月15日号市報にて行います
- 養成講座 2月初旬スタート 土日の午前中(協会会員による現地指導)
- 受講料 無料 ●問合せ 岩国観光ガイドボランティア協会 Tel 090-9419-3105

支援センターからのお知らせ

「市民活動パネル展」

岩国市内の市民活動団体のうち35団体の日頃の活動を広く紹介し、市民活動の様子を知ってもらうことで、相互理解を図り、「協働」事例が生まれることを目的に開催します。

- と き 平成27年1月13日(火)～23日(金) 10:00～17:15(最終日は15:00まで)
- 場 所 岩国市役所 1階 ロビー
- 参加費 無料 ●問合せ 0827-44-0288 (いわくに市民活動支援センター)

報告「第2回 ママカフェ このゆびとまれ！」

平成26年11月15日(土)「第2回ママカフェこのゆびとまれ！」を開催しました。当日は153組の親子や家族連れが参加し、ベビーダンス、親子ヨガ、ベビーマッサージ、リトミック英会話、離乳食講座、食生活改善推進員による「1日の野菜摂取量を量ろう」、母子保健推進員による「はいはいよちよちレース」、ダンボール迷路、イクメンパパの講座などを体験しました。

また、カフェコーナー等では、お互いに情報交換をして子育ての輪を作りました。子育て団体も参加し、育児疲れを癒すマッサージやスクラップブックの手法を学びました。ダンボール迷路も子どもたちには大変好評でした。



① 封筒やはがきについている切手の周りを1センチ残して切る。(はがさない)ギザギザを残して切る。



② 封筒の裏側の紙は切り取る。
・日本と海外の使用済み切手を分ける



③ 次の切手は除く
・やぶれたもの
・折れたもの
・よごれたもの
・周りのギザギザが欠けたもの



④ 「ステナイ生活で海外協力を」という呼びかけで、はがき(書き損じ)や切手を買取業者で換金し、海外での支援活動に活かしています。

使用済み切手の切り方



助成金ニュース

①内容、対象②助成金額、件数③締切④問合せ先
*詳しくは、センター又は各問合せ先までお願いします。

第4回実績活動助成

- ① これからの時代を担う若者たちが、自らの可能性や能力に気づき、それらを社会や他者に対して惜しみなく発揮していけるようなプログラムや活動を行っている団体に対して助成します
- ② 助成件数3件 1件につき上限100万円
- ③ 平成27年1月31日(土)
- ④ 一般財団法人人間塾 Tel:03-6272-6147

第4回まちづくり法人 国土交通大臣表彰

- ① 自治体やほかの法人等が推薦する、都市の課題を解決する先進的な取組を行っているまちづくり法人、特定非営利活動法人、一般社団法人及び一般財団法人を募集します
- ② 優れた各3部門 ◆まちの活性化・魅力創出部門 ◆まちの安全・快適化部門 ◆まちづくりの担い手サポート部門
- ③ 平成27年2月27日(金)
- ④ 国土交通省都市局 まちづくり推進課 Tel:03-5253-8111

地域ささえあい助成

- ① 対象となる活動テーマ ①くらしを守り、くらしの困りごとの解決に資する ②命を守り、その人らしい生き方ができるようにする ③女性と子どもが生き生きする
- ② 1件あたり上限100万円
- ③ 平成27年2月10日(火)～平成27年3月15日(日)
- ④ 日本コープ共済生活協同組合連合会 Tel:047-351-3356



岩国のへえ～ 64の巻



「岩国に偉大な功績を残した松陰の兄・杉民治」

すぎみんじ



幕末長州を舞台とした吉田松陰の妹文の生涯を描くドラマが今年から始まります。

松陰と文の兄・杉民治は、岩国市本郷地域に偉大な功績を残しています。

民治は、萩藩土杉百合之助の長男として生まれ、藩校明倫館で学びました。明治初期、毛利家最後の藩主毛利敬親公は、本郷村に民治を役人として置きました。

平地の少ないこの山代地域で、雑木林を切り開き、川の水を水路に引き、新田開発を進めました。

民治は、人情に厚く、その一生を人々の生活のために民政の仕事に捧げました。

後に、農地開拓に尽力した民治の功績を讃える開拓碑が建てられ、当時造られた水路の一部は、今もなお町人のために使われています。

参考文献:「本郷村史」「山口の先人たち」

編集後記

新年あけましておめでとうございます。今年の干支は、「羊」です。干支の由来は、群れをなす羊は、家族の安泰を示しいつまでも平和に暮らす事を意味するようです。

2月1日には、市民活動カフェ2015が開催されます。今年も多くの市民活動団体が参加し、事例発表、バザー、体験コーナー、スタンプラリー抽選会など様々な催しがあります。

是非この機会に、岩国にどんな市民活動があるかを発見して、岩国を盛り上げるためにみなさんできっかけ作りをしてみませんか?(フジ)

支援センター利用状況(11、12月)

・印刷、コピー、大判プリンター	315件
・相談	45件
・登録団体数	91団体(のべ数)

発行: いわくに市民活動支援センター

〒741-0062 岩国市岩国4-4-15
 (岩国市中央公民館3階)
 TEL 0827-44-0288 FAX 0827-44-0324
 E-mail:shien@sky.icn-tv.ne.jp
<http://www.sky.icn-tv.ne.jp/~shien/>