地域で積極的

的 め

らってい

の

活動

を

# eor

や身近な物を使った応急

パッククッキングなど

企業や町

する私たちの活動に、ぜひ、

「命を救う船」を意味

加してみませんか。

、AEDを用いた蘇生法具体的な活動内容として

年から防災活動に積極的に

に、平成十九 確立するため 対応を万全に 災害発生後の の事前対策や

取り組んでいます。

時、対応したりしています。

私たち「ライフボート

会などの要請があ

れば、

内会での災害講習、

災害時

non-profit organization

防災活動を行う団体です。 士、医療や福祉に携わる者、 般市民などで構成された 私たち「防災塾ライフボ 経験豊かな防災

南海の超巨大地震が高 東海・東南

い確率で起こ

を行っています。

日にウィズ豊川などで定例 介護保険施設などから講習 修会を行ったり、企業や また、奇数月の第三木曜

ちは、「自分います。私たるといわれて

を持ち、

災害

という強い志

自分で守る」

たちの地域は

団体名:防災塾ライフボート

代表者:新城和代 TEL:93-6515

いて汗をかくことは、

とて

動

健康福祉推進都市

TOYOKAWA

共助力の輪を広げるものでの活動は、地域の自助力・

活動は、

シュミレーション訓練など

要援護者の支援活動、

員のボランティア活動な 区の交通安全・防犯パトロも続けています。また、校 ています。私にとって、 ールや自転車安全教育指導 始め、七○歳を過ぎた今で 私は幼いころから武道を 私毎 活動的な毎日を過ごし 朝 自分で作 の源

わけがないと、半信半疑で は、こんなに動いているの けました。指導を受ける前 しまい、特定保健指導を受 症候群予備群と判定されて 健診の結果でメタボリック も自然なことです。 ところが、二年前の特定 簡単に改善できる メタボリッ

腹囲が五ゼ減りました。

これからも元気で活動的

な人生を送るために、

運動

く、二年間で体重が五サロ、 います。その後は体調も良

付けて、健康を維持してい はもちろん、食事にも気を 作り、家族と一緒に食べて た。それ以降、パン中心だ 料理にチャレンジしまし が野菜たっぷりのみそ汁を った朝食を見直し、毎朝私 ス教室」に参加し、初めて 開催している「栄養バラン であることを知りました。 ク症候群の改善には、 そこで、保健センターが



三蔵子町

とよかわ健康づくり計画「健幸家族」

2012. 8. 1 — 9

### Hello!

いきいき広場

School Report (わたしたち

源回収、 導してもらい、寒い 謝を忘れないということを 活動は、 活動を行っています。この 掃除の三つのボランティア 橋掃除に学ぶ会」の方に指 り、ごみを拾ったりします。 な活動となっています。 参加者が百人を超える大き 目標に行っています。 かけることで、 力してもらい、 佐奈川の会」の方にも協 になるまで、 佐奈川の清掃活動では、 トイレ掃除では「豊 学校や地域に働き 十二月のトイレ 、草を抜いた 日ごろの感 毎回



きます。 という心が芽生え、人とし 南部中学校の自慢です。 て大きく成長できる活動が な達成感を味わうことがで イレがきれいになると大き も寒くてつらいですが、 感謝の気持ちを忘れない

、月の佐奈川清掃活動と資 の気持ちを込 ティア活動をしてい め ます

ボランス

南部中学校 スクールリポーター 3年1組 井上清詞さん

酒井利尚さん (25歳)



り、別府の温泉に入りたいと思って 仲良くなれることも魅力です。 気付きました。また、 る友達を一人で訪ねたことをきっか て最近では大阪に旅行しました。 私は 秋には九州へ行き、 今年に入ってから、千葉に三回、 気ままに旅をすることの楽しさに 一人旅が大好きです。 地元の人たちと 熊本城を見た 千葉に そ HV

## ANPAKUSHO/T



平成23年9月29日生まれ 渡邉隼・靖代さんの長男

いつも仲良し3きょうだ い。大好きな弟をはじめて 抱っこしたよ。

みんなでいっぱい笑って 大きくなあれ!



栞音ちゃん 平成22年7月17日生まれ 諏訪太平・真左子さんの長女

お兄ちゃんのチュウにご きげんなしおんちゃん。 けんかもするけどいつも は優しいお兄ちゃん、大好 きだよ。