市民活動団体紹介

# 集まれNPO
non-profit organization

## 福祉施設の慰問を通して「げんき」をいただいています

「会場の皆さんのげんきをいただきに参りました。」

この合言葉が、私たち芸能ボランティア「げんき会」の施設慰問の第一声です。

本年度、げんき会は発足十周年を迎えることができました。これもひとえに社会福祉協議会や関連部門の皆さんのご支援のおかげであり、心から感謝しております。

げんき会は、地域社会において福祉施設の慰問などのボランティア活動を行うとともに、会員相互の親睦を図ることを目的として活動をしています。福祉施設で行われるひな祭り、敬老会、クリスマス会などに出掛け、フラダンス、日本壮心流剣舞、ハーモニカ演奏による童謡や唱歌の合唱、懐メロカラオケなどのプログラムで、皆さんに楽しんでいただいています。

会員は、現在十八人です。土曜日を基本として月二回程度、市内を中心に慰問の活動を行っています。時には、近隣市へ出掛けることもあります。

「笑顔で楽しく」をモットーに皆さんに喜んでいただき、合わせてげんきをいただいています。慰問のご要望も受け付けています。

団体名：げんき会
代表者：中田光一
ＴＥＬ：080－1604－8901

健康福祉推進都市
TOYOKAWA

# 私のとっておき 健康習慣

## 「ワラウカムアルク」が私の健康の秘けつです

小坂井町
金田敏郎さん
（83歳）

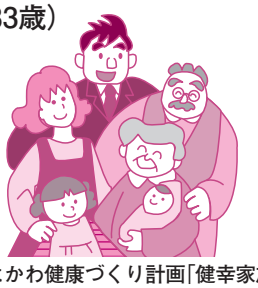
私の健康の秘けつは「笑う」「かむ」「歩く」の三原則を合わせた「ワラウカムアルク」です。

「笑う」と気持ちが晴れて、心がウキウキし、ストレス解消になっています。食べ物をよく「かむ」ことによって、歯周病の予防ができ、栄養の吸収や脳の働きも良くなると聞き、実行しています。また、一日一時間、「歩く」ことを実践しており、週末は「歩こう会」の仲間とおしゃべりをしながら楽しく歩いています。

「ワラウカムアルク」をマイスローガンに、さまざまな活動に参加するようになりました。老人会、歩こう会、不老会など、私のスケジュール帳は予定でいっぱいです。四国八十八カ所巡りを達成した他、歌謡発表会の進行役を担当したり、孫とともに海外旅行をしたり、活動も夢も広がります。

この「ワラウカムアルク」は、明るく朗らかな気持ちをキープできるので、たくさんの人に薦めたい健康法です。

これからも、妻やたくさんの仲間たちとともに、いきいきと人生を送りたいと思っています。



とよかわ健康づくり計画「健幸家族」

School Report わたしたちの学校自慢

# スクールリポート!

## 縦割り班活動で全校のみんなが仲良しです

平尾小学校
スクールリポーター
６年２組
松平瑶子さん

平尾小学校では、学年を超えた縦割り班活動を行っています。毎月一回、昼休みに行われる「平尾っ子タイム」では、六年生が中心になって、班の子に喜んでもらえそうな遊びを考えます。

平尾っ子タイムの当日は、考えたいろいろな遊びが行われ、運動場はとてもにぎやかになります。遊んだ後は、みんなが笑顔になったり、違う学年や班の子とも仲良くなれたりします。

三月に行われる「観音山登山」も縦割り班で行います。一年間一緒に過ごした班のメンバーで、声を掛け合い、協力し合って長い道のりを歩きます。観音山の頂上で、班のみんなと一緒に眺める景色は最高です。

これからも、全校のみんなが、仲良くなれる活動をたいせつにしていきたいと思います。

# わんぱくショット WANPAKU SHOT

### 仁(じん)くん・義虎(よしとら)くん
平成25年2月24日生まれ
石谷多聞・智子さんの長男・次男

わが家のかわいい双子のミッキーマウス。何をするにも一緒です。
いつまでも仲良し兄弟でいてね。

### 乙稀(いつき)くん
平成24年8月29日生まれ
川村真由さんの長男

ごはんを食べるのが大好きな乙稀くん。
もりもり食べて、いっぱい遊んで、元気に大きく育ってね。

このコーナーに登場するお子さんを募集しています。住所、氏名、電話番号を明記のうえ、写真とコメントを秘書課わんぱくショット係(〒442-8601諏訪１－１)へ、お送りください。

# 青春 Smile Talk スマイルトーク

## 大林晃輔さん（22歳）

現在、大学で地域政策学を専攻し、身近な地域貢献をテーマとした活動に取り組んでいます。

今年は、地元の町内会活動に参加し、子どもたちとオリジナルいなり寿司を作りました。テレビゲームとは違った楽しさを、子どもたちに伝えることができたと思います。

将来は、子どもと地域をつなぐまちづくりに参加したいです。