



19人の方が真剣な表情で講習を受けました

**家庭介護教室開催  
介護に役立つ救急法を学ぶ**

11月15日、16日の両日、中央公民館で家庭介護教室（包括支援センター主催）が開催されました。

15日は介護に役立つ救急法をテーマに津別消防署の大東邦博さんから、応急処置の方法や救急車の出動状況について説明を受けました。実技講習ではAED（自動体外式除細動器）の使い方と人工呼吸や心臓マッサージの方法をタミー人形を使って学びました。

16日は「介護者と共に歩むサフラン会」大関和子さんを招き、義母の介護経験を通してお年寄りとの接し方など貴重な体験を話してくれました。

参加者は「心臓マッサージの力の入れ方など参考になりました。次もぜひ参加したいです」と話してくれました。



NPO法人シーズネット  
岩見太市さんの講演



楽しい踊りや歌が披露された演芸交流会

**踊りと歌で楽しい演芸交流会**  
300人が参加した老人クラブ大会

11月14日、中央公民館で老人クラブ大会（老人クラブ連合会主催）が開催されました。

初めに連合会役員の功労者に山本幸雄老人クラブ連合会会長から表彰状が贈られた後、「住み慣れたまちで自分らしい生活を！」テーマにNPO法人シーズネット岩見太市さんが講演しました。

岩見さんは高齢期の暮らしにおけるさまざまな課題や住民参加と福祉のまちづくりについてユーモアを交えながら話してくれました。

午後からは町内14の老人クラブによる演芸交流会が行われ、踊りや詩吟、青葉幼稚園児のかわいいお遊戯と歌が披露され、会場から大きな拍手と歓声が送られていました。

**今年で5年目を迎えた転倒予防教室**  
（ひまわり教室）は65歳以上でひざと腰が痛く運動する機会が少ない人を対象に前期後期の年2回行われています。

後期は11月から16回にわたって中央公民館講堂を中心にストレッチ、筋力トレーニングなどの軽運動を行い少しずつ体力アップを目指します。

11月15日は、農業者トレーニンングセンターで体力測定が行われ、指導員の石川朋美さんが「自分に合った運動のんびりぼちぼちとやっていきましよう」と楽しくアドバイス。

参加者は6分間歩行や雪投げ測定30秒立ちなど10種目に測定し、記録カードに成績を記入しました。



笑顔で運動を楽しんでいました

**みんなで楽しく運動しましょう  
転倒予防教室で足腰を強化！**



**上里で枝打ち作業に挑戦！  
みんなで木の大切さを学ぶ**

10月28日、上里地区の町有林で緑の少年団と自然文化教室の子どもたち18人が、林業体験学習として、アカエゾマツの枝打ち作業を体験しました。

今回、のこぎりを使い枝を切る作業を行いました。最初はなかなか切れない枝に悪戦苦闘。徐々に慣れてくるにしたがい、先を競って作業に取り組むなど、子どもたちは夢中になって手を動かしていました。

約1時間半で、アカエゾマツ60本、面積で150㎡の枝打ちを行った子どもたちからは、「とてもきれいになった。もっとやりたい」との声が聞かれるなど、貴重な体験をした子どもたちは笑顔で溢れていました。

11月1日（北海道教育の日）、津別高校（大和田俊香校長）の生徒がJAFつべつ前の国道240号線沿いで交通安全を願う標語を書き入れた絵馬を運転手に配付し、安全運転を呼びかけていました。

この日は風紀委員と教員13人が交差点に立ち、「あせらずに待つ一瞬が防ぐ事故」「安全を忘れた瞬間遅すぎる」と書かれた7種類の絵馬を手渡すとドライバーたちは心のこもったプレゼントに喜んでいました。

風紀委員長の小原周さんは「これから冬を迎えるので運転手の皆さんに交通安全の大切さを呼びかけたいです。」と話してくれました。



町長室を訪れ海外研修の成果を報告をする津別高校生

**津別高校生が貴重な体験  
ニユージーランド研修報告**

11月2日、農業者トレーニンングセンターで寿大学の学生73人と津別小学校（堀一雄校長）の3年生35人がスポーツ交流会を実施しました。この交流会は寿大学の授業の一環として昭和63年から毎年行われています。

この日は寿大学生と小学生が3班に分かれて、「ビーチバレー」「ペタンク」「スカイクロス」を楽しみました。

ゲームは珍プレーとハッスルプレーが続出し、大きな歓声と笑い声が聞こえていました。

毎年参加している柏木登さん（活汲）は「楽しい行事です。子どもたちと遊ぶと元気がでますね」と話してくれました。



**元気でかわいいお遊戯の贈り物  
青葉幼稚園児がボランテニア**



**ドライバーに絵馬をプレゼント  
津別高校生が安全運転啓発活動**

11月20日、青少年海外研修事業でニユージーランドを訪問した津別高校生5人が町長室を訪れ、研修体験を報告しました。5人は10日間の日程でホームステイをしながら現地の生活に触れ研修テーマに取り組みました。

桜庭佑斗さん（3年）は「羊の毛刈りとして切りを体験」。脇本琢也さん（2年）は「サファリパークが楽しかったです」。菅原日和香さん（1年）は「緑が印象的でした」。石川奈々恵さん（1年）「予想以上に広大でした」。穴吹葉月さん（1年）は「忘れられない思い出です」とそれぞれ感想を話しました。

佐藤町長は「海外研修で学んできたことを生かしてがんばってください」と5人を労っていました。



みんなで室内ペタンクを楽しみました

11月8日、いちいの園に元気な青葉幼稚園児13人（海クラス）がちびっこボランテニアとしてやってきました。

園児たちはデイサービスのホールできらきら発表会の衣装を身に付け、男の子は「幻の城」、女の子は「絵日傘さいた」を入園者の前で元気いっぱい披露しました。

いちいの園とデイサービスのお年寄りにはかわいいお遊戯と折り紙で作ったくじゃくの贈り物に笑顔でいっぱいでした。

その後、園児たちは入園者一人ひとりと握手をしながら、「おじいちゃん、おばあちゃんいつまでも元気でいてね」と声をかけていました。