



# ボランティアセンターだより



## 令和4年度 那賀町 ボランティアのつどい

1/28 相生地域開催 「山間部の防災 ～災害時の要配慮者支援について～」



本年度第4回目のボランティアのつどいは、老人福祉センターにて相生地域自主防災会連合会との共催により開催。相生地域ではこれまでも避難所開設運営に関する講義や訓練を行ってきました。今回は延野地域の自主防災会（13団体）を対象とした防災研修を計画。9団体が参加し、講師に山崎水紀夫氏（さんすい防災研究所代表）をむかえ、講義とグループワークを実施。多くの災害現場で支援してきた経験から、防災・避難における大切なことは何かを話してくれました。グループワークでは、支援を必要とする人がどこにいて、災害時にどのような困難があるのかを考え、意見を交わしました。



ボランティアのつどいに先立ち、防災とボランティア週間（1/15～1/21）には、今年で3回目となる「阪神淡路大震災追悼の竹灯り」を開催しました。作品展示にご協力いただいた地域の皆様ありがとうございました。

## 相生小学校でフレイル予防啓発(2/8)

## 那賀町フレイルサポーター連絡会



フレイルサポーターが相生小学校全校児童を対象に、フレイル予防啓発活動をしました。「栄養・運動・社会参加」の大切さがわかりやすく伝わるように工夫をしました。



ケーブルテレビでおなじみの「しげちゃんの脳トレ」も体験してもらいました。

ボランティアセンターだよりに関する お問い合わせ  
那賀町ボランティアセンター（那賀町社会福祉協議会）

0884-64-0026

脳トレが難しかったけど面白かった。  
ご飯しっかり食べて、外で体を動かそう！