

2	ひかわ Colors
3	もくじ
4	10年の歩みを未来へ向けて 氷川町誕生10周年記念式典
6	第10回 氷川町梨マラソン大会
7	秋山幸二ギャラリーオープン
8	氷川町の財政事情を公表します ～平成26年度決算と平成27年度上半期の状況～
10	宮原三神宮秋季例祭
11	第10回 町民体育祭秋季大会
12	まちのトピックス！ 氷川産みかん初選果／秋の交通安全運動出発式／ 十五夜お月さん演奏会／敬老会／梨（新高）果実品 評会／氷川中学校チャレンジショップ／県中体連陸 上大会選手激励会／竜北東小でオーケストラ演奏会
14	すくーらいふ（宮原小）
16	11月カレンダー 行事予定表／休日在宅医／まちへのホットライン／ 休日救急歯科医療
18	けんこうだより
19	こころの健康コーナー／認知症キャラバンメイトだより
20	大空町 東藻琴高校が氷川町で農業研修／命を守る 火災に対する備え
21	ダイヤモンド婚・金婚表彰
22	立神峡だより
23	有佐駅前団地入居者募集！！／下水道工事に伴う交通 規制について
24	ひかわスポーツクラブだより！！
25	町民文芸
26	くらしの情報
30	伝言板
31	ひとのうごき
32	ひかわっ子写真館／マイナンバー（個人番号）通知 カードをお届けします／編集後記



ひかわColors

氷川町で頑張っている、町を彩る皆さんをご紹介します



Color
19

介護予防サポーター

急速に進展する高齢化社会の中で、介護が必要な人は増加しており、介護保険制度を運営するための費用は増大しています。そのような中、できるだけ介護を必要としないようにする「介護予防」の取り組みが求められています。

氷川町では介護予防事業として、体操やレクリエーション、機械を使ったトレーニングなどで、健康な体を維持する介護予防教室を行っており、介護予防サポーターは、支援者としてボランティア活動をされています。

9月9日の介護予防教室では、約20人の利用者が参加し、体の部位ごとに鍛える体操などを介護予防サポーターの皆さんと共に行い、利用者、サポーター共に楽しそうに体を動かされていました。



▲笑顔も健康維持の秘訣

いつまでも健康な体で

現在、約40人が介護予防サポーターとして活動されており、それぞれが仕事などの傍ら活躍されています。

介護予防サポーターの岡本義晴さん（高野道）に話を伺うと「体操などを行うだけでなく、おしゃべりなどで触れ合うことが大事です。予防教室だけでなく、自宅でも続けてもらって、いつまでも健康を維持してほしい。サポーター自身の健康づくりにもつながるので、興味がある人は、ぜひサポーターになつてもらいたいです」と話されました。

ひかわColorsを募集します

氷川町でスポーツや文化活動、ボランティア活動などを頑張っている団体を募集します。自薦・他薦は問いません。詳しくはお問い合わせください。

問 総務課 行政係 ☎52・7111



▲マシントレーニングを支援