

地域福祉かわら版

YOMO-DE!

よもーで

第20号



※スクエアステップは個人でも楽しむことができますが、他人に教えるには「スクエアステップ指導員」の資格が必要です。詳しくは、スクエアステップ協会ホームページをご覧ください。

スクエアステップ

検索

現在、佐世保市でサロンや自主活動のメニューとして、広がりを見せている**スクエアステップ**について、紹介します。

スクエアステップとは、スポーツ医学や健康体力学、老人体力学などをもとに考案されたエクササイズです。

高齢者の介護予防をはじめ、大人の生活習慣予防、子どもの身体機能の発達といったあらゆる年齢層の体力づくりや仲間づくりなどの効果があります。

はしご状の専用マット（横4×縦10マス）を床に置いて、指定されたマスをリズムに合わせて踏む、脳と体の運動です。

スクエアステップ協会の講習会を受けた指導員が、約200種類もあるステップのパターンから、参加者の体調や健康に合わせて選び、運動を行いますので、年齢や性別に関係なく誰でも楽しく参加することがで



個人（お話し）用のパターン集です。詳しくは、スクエアステップHPをご覧ください。

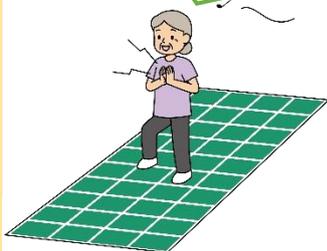
きます。

今回は、もみじが丘町で活動されている「スクエアステップもみじ」を取材させていただきました。

毎月第1・第3水曜日の10時から12時まで、日宇地区公民館体育室で実施されており、誰でも参加できます。

参加者の方が、笑いあったり、ほめあったりして楽しい時間を過ごしてほしいという思いか

リズムに合わせて、楽しくエクササイズ!



ら活動を始められました。参加者からは、「筋力がついて、転ばなくなった」や「前と比べて足が上がるようになった」などの声もありました。今後も佐世保市内の新しい取り組みやこれから地域に広がっていきたい取り組みを紹介いたしますので、何かありましたら、佐世保市社会福祉協議会までご連絡ください。

くらしに役立つ「福祉情報ガイド」を更新しました!

注目!



佐世保市社会福祉協議会のホームページに市内のボランティア団体やNPO法人、福祉関係施設などの情報を掲載しているページがあり、今年度も更新をしました。くらしに役立つ福祉情報や地域で活動しているサロンの情報も掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

させぼんが行く

『社協のトミツ』

大解析!!

福祉資金貸付事業

つてなに？

S させぼん（佐世保市社協キャラクター）
K 神吉（かんき）さん

こんにちは！
今回は、福祉資金貸付事業について聞いてみるぼん。



S 今日、よろしくお願いますよ。
K よろしくお願します。
S ところで「福祉資金貸付事業」って何だぼん？
K 福祉資金貸付事業は、やむを得ない理由で一時的に生活費が不足している人に対して、もう一度自立した生活ができるようにお金を貸す事業だよ。

S そうなんだぼん。
K お金の貸付だけでなく、他の制度を紹介したり、生活が良くなるように助言をしたりもしているよ。

この方に聞きました！

地域福祉課
神吉（かんき）さん



S お金を借りるために必要なことってあるぼん？
K 必要書類がいくつかあるから、記入して提出してもらう必要があるよ。

S 書類の他に、何か条件はあるぼん？
K 他にも、①市内に1年以上住んでいること、②借りたお金を全額返してもらわないと、もう一度貸付ができないこと、③市内に住んでいる60歳未満の保証人が必要などいくつか条件があるよ。

S そうなんだぼん。みんな借りることができるぼん？
K 継続的に生活費が不足している人は、対象ではないよ。生活状況を詳しくお聞きし、貸付で対応できるか、他の制度などへつながりか検討しているよ。

クイズに答えて図書カードをゲット!

子どもや障がい者も使いやすいトイレがあります。



答え：ソレイユ〇〇

※こちらから選んでください。①吉井 ②江迎 ③鹿町

地域の交流や文化活動など様々な目的に合わせて利用できます。地域特産の野菜や果物、加工品などが販売されています。また、世知原や佐々町と隣接しています。

【応募締切】

令和元年11月30日（消印有効）

これらの写真は、全て同じ場所で撮影したものです。写真の場所がわかられた方は、ハガキかEメールに住所・氏名・年齢・答え・YOMO-DE!の感想・ご意見をご記入のうえ、下記の宛先までご応募下さい。抽選で5名様に図書カード（1000円分）をプレゼント致します。発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

☆前回の答えはハウステンボスでした。ご応募ありがとうございました☆

S これからもずっと安心して、佐世保で暮らしていくための取り組みをしているぼんね。
K そうだね。お金の貸付ができるかについての判断が難しいので、詳しくは福祉協議会までお尋ねください。

S ありがとうございます。これまでに詳しくなりました。次は、児童センターについて勉強するぼん。またたくさんお勉強するまほ。

「佐世保市立児童センター」
今回のテーマ
つてなに？

本戦は、
10月18日（金）
10：00～12：00
佐世保市総合
グラウンド体育館で
あります。

つぷりやき

少しずつ涼しくなってきましたが、まだまだ暑い日が続きます。熱中症には、十分気を付けて過ごしてください。



きょうへい

お問合わせ先

佐世保市社会福祉協議会「よもーで」係

〒857-0028 佐世保市八幡町 6-1

TEL 0956-23-3174 / FAX 0956-23-3175

Eメール:yomo-de@sasebo-shakyo.or.jp



佐世保市社協

検索

イベント紹介コーナー

ふれあいいきいきサロン
バグー交流大会（予選）

【東部】10月4日（金）10：00～12：00

東部スポーツ広場体育館

【北部】10月8日（火）10：00～12：00

小佐々スポーツセンター

【中部】10月11日（金）10：00～12：00

佐世保市総合グラウンド体育館

10月11日（金）14：00～16：00

佐世保市総合グラウンド体育館