


支援コーディネーター便り 


きいてみよう！いってみよう！！

つながるカフェ

**在来馬！
はなちゃんが**

**とさんこ
きた！**



柵をして、ハナちゃんがやってきて、さあ！小学生が帰ってくる頃だ！という頃にポツポツ…！走って帰る子ども達！カッパ着てまたおいでー！と声をかけ、雷雨が来るギリギリまで、ハナちゃんと異世代交流が行われました。



昔、馬が当たり前にいた時代。すごく昔のことのように思っていたのですが、ほんの十数年前までは、いたようです。子どもの頃、河川敷でばん馬レースがあったこと、草を持って歩いていたら、馬に追いかけられたこと、川に魚釣りに行く前に、馬のいる家の馬糞堆肥を掘って、ミミズを捕まえた話などが聞けて、もっといろいろな馬とのつながりの話が聞きたくなる時間でした。



ツツジの芽かきのお手伝いしませんか？

小学校や安原公園等に綺麗な花を咲かせているツツジ。今まで青壮年ボランティアすももの方々が、この時期に「芽かき」という作業をしてくださり、美しい姿が維持されていました。「芽かき」のポイントを知って、今後も綺麗なツツジが咲くように、一緒に作業ができる方を募集します！



- 【活動場所】 下川小学校（他にも要望があれば活動場所が増えます）
- 【内 容】 ツツジの花が終わった芽を摘んだり、枝葉の剪定
- 【日 時】 参加できる方々で調整します。

まずは、やってみたい！どんな風なのか体験したい方、ご連絡お待ちしております！ ☎ 4-312（担当：竹本）

11 住み続けられるまちづくりを



みんなで思いやれる家族のようなまち下川町！

12 つくる責任つかう責任



問い合わせ 下川町社会福祉協議会 総合福祉センター「ハピネス」内
電話 4-3123 担当：支援コーディネーター

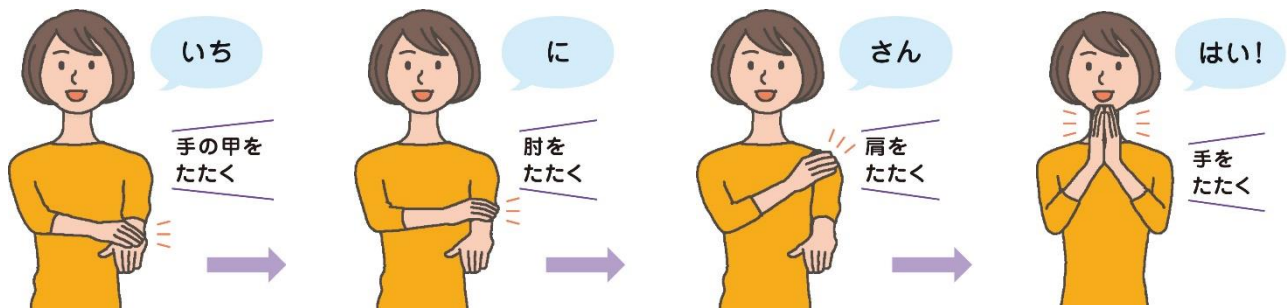
シナプソロジーで体操！

その42「1・2・3・はい！」

普段、面倒だなあ、苦手だなあと思う事は、後回しにしたり、あきらめたりしていませんか？私はすぐ、まあいいか！と後回しです(笑)でも、これは脳の神経細胞同士に情報を伝達するシナプスは活性化しないんです。あれ？変だな？おかしいな？と脳は混乱した方がシナプスは活性化します。できな—い！という混乱を楽しみながら、脳をイキイキさせていきましょう！

<準備運動>

左手の手の甲→肘→肩の順に叩きながら「1・2・3」と声に出しながら数を数え、4拍目は「ハイ！」と言いながら手を叩きます。次は右手の手の甲から順番に、「4・5・6・ハイ！」と続いて、18くらいまで数えてみましょう！



<脳に刺激を加えるよ！>

動きは同じです。数字を五十音に変えます！



五十音のどこまで言えたかな？

<脳への刺激を変えるよ！>

動きはおなじです。今度は、手を叩く時に五十音を言ってみましょう！



ん—っ?! 次の数字なんだっけ? さー、しー、すー?? と悩んだり戸惑ったり考える時間が脳を刺激しています。間違いを笑って楽しんで脳を活性化!!