

日高町内で活躍する地域おこし協力隊員の活動をレポートします。



地域おこし協力隊
はたけやま ひろやす
畠山 公安

「世界を発信」

6月12日、令和元年度日高山脈登山会議『北戸蔦別岳』登山道整備に参加しました。

一般登山者に、安全な登山を楽しんでいただくための登山道安全確保作業。

手鋸と剪定バサミ、刈払機を持って早朝5時に登山道入口に到着し、9名2班に分かれて出発。

山頂付近はまだ雪渓が見られ、桜も咲いて新緑の頃、カムイコザクラも綺麗に咲いていました。

3年ぶりの整備だそう。

去年は、天候不順で登山道付近の草刈りで終了。

楽しみにしていた登頂です。

笹を剪定ばさみで切り、伸びた枝や倒木を手鋸で切り落とす。

登山者への安全面と景観を楽しんでいただく上での環境にも配慮した作業。

12時頃には、山頂付近へ到着し、小休止を挟んで無事に下山しました。

写真は、日本100名山に名を連ねる日高山脈最高峰、アイヌの聖なる山「幌尻岳」=ポロシリ=アイヌ語で大きい山の北カール。



※世界を発信：日高町の世界を発信。カメラマンとしての世界を発信と言う意味を込めて世界に発信ではなく、世界を発信なのです。



老人クラブに加入しませんか？



○からだの健康づくり

健康学習、体力測定、シニア・スポーツなどで予防活動に取り組みましょう。

○支えあう仲間づくり

友愛活動を始めとし、高齢者同士が支えあいましょう。

○心の健康づくり

活動に参加し、楽しく学び、互いに話し合う機会を多く持ちましょう。



○会員の輪を広げる仲間づくり

老人クラブへの加入を勧め、仲間づくりの輪を広げましょう。
新たな地域の仲間を作りましょう。

○お問い合わせ先

日高町門別本町12番地の27
門別ふれあいセンター内
日高町老人クラブ連合会
電話 01456-2-6670 FAX 01456-2-5848



「門別地区 ささえあいマップ」集いの場 紹介Vol. 4

さわやかふまねっと（門別地区）



平成20年頃から、ふまねっと運動を中心に活動をしています。
月2回、門別公民館に集まり、毎回、十数人の参加者がいます。
門別、富川、清畠、豊郷、広富など色々な地区から参加されています。
町内の方で興味がある方がいましたら、一緒に楽しくふまねっと運動や交流等をしてみませんか？

- ☆開 催 毎月 第2・4 火曜日
- ☆場 所 門別公民館(門別本町)
- ☆時 間 10時～11時30分
- ☆内 容 ふまねっと運動
ストレッチ体操 など
- ☆その他 参加費無料



【ふまねっとサポーターさんメッセージ】



私たちの活動は「ふまねっと運動サポーター養成講座」を受講した事がきっかけです。

受講したサポーター仲間と集まり、定期的な健康作りで、ふまねっとを始めました。

仲間と一緒に楽しく、にぎやかに交流をしながら、気づけばあっという間に10年以上続けてきました。

歩行機能、認知機能の改善に効果が期待できること以外に、地域とのつながりが持てる場所として毎回多くの方達が楽しく行っています。

【さわやかふまねっとのお問い合わせ先 及川さん 01456-7-2208】

【お問い合わせ先 門別地域包括支援センター 01456-2-6789】