

＼ いきいきシニア・ふるさとライフ /

しまねすまいる days デイズ vol.3

smile days

“新生”くにびき学園スタート

- 2 豊かな人生の学び舎へ 学習課程一新し開講
学園生と地域をつなぐ「学園コーディネーター」
- 3 現地学習「山くじらは地域の資源だ！」
- 4 講義「人生100年時代を豊かに楽しく生きるために」
- 5 くにびきマジッククラブ

老人クラブ

- 7 上意東高齢者クラブ「みどり会」

「しまねすまいるdays」は、健康で楽しいセカンドライフを送るのに役立つ情報や、創作発表の様子を紹介。元気に明るく活動する島根県内の人や団体の姿を通じ、人生100年時代の生き方の参考となる情報を発信します。



【発行】山陰中央新報社
【企画・取材】島根県高齢者福祉課、島根県社会福祉協議会、山陰中央新報社
この情報紙は一部、島根県の委託を受けて制作・発行しています。

JA共済

JAの介護保障 大好評!

介護保障に関するアンケートを実施中!

応募期限 令和3年1月15日(金)
ソーラー充電、手動発電、単3電池対応、USBソケット付き

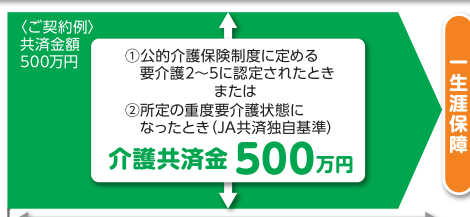
QRコードを読み込んでアンケートに答えると
災害時やレジャーで使える
スマホ対応マルチ充電
ランタン&ラジオ
プレゼント

抽選で5名様



一生涯にわたって介護の不安にしっかり備えたい方へ **介護共済**
共済掛金:年払い/月払い

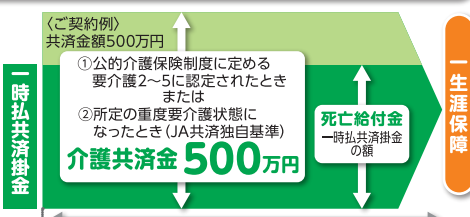
一生涯の介護保障で、不安の高まる高齢期も安心です。



ご注意ください ●この共済は死亡時における保障はありません。 ●介護共済金をお支払いした場合には契約は消滅します。

まとまった資金で一生涯にわたって介護の不安にしっかり備えたい方へ **一時払介護共済**
共済掛金:一時払い

一生涯の介護保障はもちろん、万が一お亡くなりになられたときには、死亡給付金をお受けいただけます!



ご注意ください 介護共済金のお受け取りがなく、お亡くなりになられた場合には、死亡給付金(一時払共済掛金の額)をお受けいただけます。 ●この共済は死亡時における保障はありません。 ●介護共済金をお支払いした場合には契約は消滅します。

豊かな人生の学び舎へ 学習課程一新し開講



受講生19人が学びへの決意を新たにした西部校の開講式=浜田市野原町、いわみーる

島根県社会福祉協議会(江口博晴会長)が運営する「くにびき学園」が、学習課程を一新し、9月に開講しました。

地域のさまざまな活動について、現地学習や地域団体との交流を通じて見聞を深める前期と、興味や関心を持ったテーマをより専門的、実践的に学ぶ後期の2年間の課程としました。東部校(松江市東津田町)は9月1日に37人、西部校(浜田市野原町)は9月4日に19人の受講生をそれぞれ迎え、開講式を開催しました。

西部校の開講式では、室崎富恵校長が「学園生活で得られる知識や強みを活かして、卒業後、地域の中で楽しくやりがいを持って、活躍してほしい」と激励。受講生を代表し、服部浩明さん(61)＝浜田市旭町＝が「学友たちと共に学び、語り合い、卒業後は積極的に地域活動に取り組んでいけるよう努力したい」と決意を表明しました。

学園生と地域をつなぐ「学園コーディネーター」

シニア世代が活躍する地域づくりを目指す“新生”くにびき学園。新設した「学園コーディネーター」は、地域ニーズの掘り起こしやマッチングなど、「学園生と地域をつなぐ」という重要なミッションを担います。東部、西部各校に1人配置し具体的な地域活動に進む学園生を支援していきます。

西部校



学園コーディネーター
盆子原 照晶さん(35)
=江津市

前職は江津市のNPO法人「てごねっと石見」の地域コーディネーター。行政と市民や企業との間のパイプ役となり、主に若者相手に創業支援や人材育成、空き店舗活用といった地域づくりに関わってきました。「さまざまな経歴を持つシニア世代ならではの発想と行動力でどんな活動が生まれていくか、とても楽しみ」と期待を込めます。

2013年春、千葉からUターン。前年に市が開催したビジネスコンテストへの参加がきっかけでした。かつては都会の大規模都市開発に憧れ、大学では都市計画を専攻。そんな大学2年の春、北海道夕張市の財政破綻に衝撃を受け、「他人事ではないと思いましたが、そのころから少しずつ地方や田舎を意識するようになりました」と振り返ります。「皆さんの活動に伴走しながら、自分の挑戦も続けた」と抱負を語りま

東部校



学園コーディネーター
津森 伸一さん(58)
=松江市

ニーズの掘り起こし、マッチングも

今年3月まで4年間、島根県しまね暮らし推進課に勤務。嘱託の公民館連携スタッフとして、人口減少が進む中山間地域・離島対策で日常生活に必要な機能を基幹集落に集約する「小さな拠点づくり」の事業に向き合ってきました。

「各地の公民館を巡り、まずは地元住民から地域の実情や課題などの話を聞くことが重要な仕事でした。学園コーディネーターの役割にも共通点があり、魅力とやりがいを感じました」と応募動機を語ります。

開講から3カ月余り。講義の運営はもろろん、今は学園生一人一人と信頼関係を深めるため、積極的に会話を重ねている段階。「学園生さんが思い描く夢や活動を地域で実現していくため、全力でサポートしていきますし、自分自身ももっと地域を学びたい」と熱く語っていました。

法要の会食の代わり『代御膳』

法要にご参列いただいた大切なお客様へ、感謝の気持ちを込めて振る舞うおもてなし

「最近のご時世により、会食ができずおもてなしが難しい」「遠方からお越しの方や、すぐに帰らなければならない方への、おもてなしが難しい」
このようなお困りごとはございませんか？ ギフトの相談窓口フジキでは、会食ができない代わりに、「おもてなし」を贈る

『代御膳』山陰グルメカタログのお申込が増えています。

会食のおもてなしから



『代御膳』へ ご予算に応じた5つのコース 3,500円~13,970円 (税込)



郵便ゆうパケットで
全国宅配無料

米子から大田まで6店舗
ギフトの相談窓口

フジキ

フリーダイヤル
お電話下さい 0120-14-7096
AM10:00~PM7:00 (1/1~1/3除く)

山陰グルメカタログギフト
おすすめポイント

気軽に持ち帰りいただけます。
ご自宅でお好きな商品をお選びいただけます。
山陰の産地直送グルメを多数掲載しております。



代御膳ご提案コーナー

フジキ6店舗に設置しております



学園通り店 ☎0852(31)8000
田和山店 ☎0852(25)1251
安来店 ☎0854(22)1600

出雲店 ☎0853(21)8000
米子店 ☎0859(38)5141
大田店 ☎0854(84)0330



イノシシ対策で地域おこし20年

現地学習「山くじらは地域の資源だ！」



鳥獣被害を防ぐ畑づくりを学ぶ実習ほ場で「あおぞら」のメンバーから説明を受ける受講生
=美郷町乙原



地元の女性たちが手作業でつくる「山くじら」の革加工品を見学する受講生
=美郷町粕淵、みさと館

1年目の前期は、介護や子育て支援、歴史、自然保護、自主防災など地域の実情や課題を学ぶカリキュラムを用意し、事前学習、現地学習、振り返りの3ステップによる体験型の講義を通じて、今後地域で実践するテーマを各自が模索していきます。

住民主導の美郷町の取り組みを学ぶ

農作物を荒らす鳥獣被害が県内で広がる中、両校共通のカリキュラムとして取り上げたのが美郷町のイノシシ対策を学ぶ「山くじらは地域の資源だ！」。東部校の学園生は事前学習を経て11月中旬、同町で現地学習を行いました。

イノシシ被害に悩まされてきた同町では2000年ごろから、猟友会に任せるだけでなく、農家や住民を交えた駆除班を編成し、イノシシが近寄れない環境づくりに向け、農家女性を中心に餌場や潜み場所を無くすための畑づくり勉強会を催すなど、住民主導の対策がスタートしました。

自らも住民の立場で活動に関わってきた講師の安田亮・町山くじらブランド推進課長

は、害獣だったイノシシを住民による生産者組合、女性グループなどが食肉や革製品に加工して「資源」に変え、「山くじら」と呼んで多様な地域おこしにつなげてきた20年間の取り組みを紹介しました。

さらにU・イターンや、山くじらブランドを核に企業・研究機関の誘致を進める「美郷バレー構想」など産官学民の連携する多様な地域振興策に波及したとし、「イノシシと共生する地域おこしを住民自身で楽しみ、自助・共助の取り組みが公助につながった」と住民主導のプロセスだったからこそ成功したと強調しました。

畑づくり勉強会をきっかけに実習ほ場で週1回の朝市を始めた高齢女性グループ「あ

おぞら」の安田兼子代表(75)は「大切にしてきたのは人のつながり。朝市の交流を楽しみ、仲間と楽しみながら活動してきたから長く続けてこられた」と、朝市に併せてお茶を提供するサロンや健康相談などの新しい試みも始めたと言明。

10年前から手づくりで製造している革加工品も紹介し「通販ではなく地元での販売にこだわるのは美郷に来てもらいたいから」と語りました。

また、今春福岡からUターンした地域おこし協力隊員の木下実生さん(22)ら「株式会社おち山くじら」のスタッフは、イノシシの缶詰などの商品を紹介しました。

受講生の声



松江市の永江由美子さん(67)は週4日、嘱託で営業の仕事が続けながら「職場以外の仲間を見つけない」と受講を決めました。ひきこもりがちな高齢者が集える場づくりを構想しているといい「山くじらに関わる皆さんの熱意、適材適所での人材の生かし方、人とのつながりを大切にしたい歩みが参考になりました」と話します。



松江市の矢城幸久さん(67)は県会計年度任用職員として勤務しながら、公民館運営委員や民生児童委員など地域活動にも積極的に参加。2年間学び、福祉の活動を具体化したいと考えています。「イノシシ対策をきっかけに、高齢者のやりがいなど多様な波及効果に広がっていることが素晴らしい。地域に貢献できる現実的な目標を見つけたい」と語ります。

令和2年度高齢者活躍人材確保育成事業(島根労働局委託事業)

『元気があればなんでもできる ～生涯現役でいるための秘訣～』 +プラワーク説明会 参加無料 | 先着10名

今後もイキイキと働くために、シニア世代を対象に健康を維持するための講義や体験を行います。中高年向けの健康体操や肩こり腰痛予防、ストレッチなど運動を取り入れた体験型セミナーです。

日時 令和3年3月10日(水) 10:00~12:00

※新型コロナウイルス感染防止対策のため、日程を変更または中止する場合があります。

会場 美郷町保健福祉センター(美郷町粕淵195-1)

対象 美郷町にお住いの60歳以上の方

※シルバー人材センター会員の方は参加に一定の条件があります。詳しくはお電話にてお問合せください。

申込方法 お電話にてお申込みください

お電話
お待ちしております!
(平日9:00~17:00)



自分史振り返り、未来図をデザイン

講義「人生100年時代を豊かに楽しく生きるために」



講義「人生100年時代を豊かに楽しく生きるために」で、自分史をテーマに意見交換
=浜田市野原町、いわみーる



講義は約1000名離れた長野県とリモートでつないで行われた
=浜田市野原町、いわみーる

「高齢者が集える居場所をつくりたい」「仲間をつくり、新しいことに挑戦したい」。9月18日に西部校で開かれた講義「人生100年時代を豊かに楽しく生きるために」の会場。19人が今後の夢や思いを次々と披露し、熱気にあふれていました。

両校共通のカリキュラムで、講師はシニアの社会参加を促す「人生二毛作社会」を推進する長野県長寿社会開発センターの内山二郎理事長。新型コロナウイルスの感染防止のため外部講師を招いての活動が制限される中、テレビ会議システム・Zoom（ズーム）で約1千名離れた長野県とつないで行われました。

「人生棚卸し〜人生道路づくり」と題したワークショップでは、3、4人ずつのグループワーク方式で進行。各自がこれまでの人生を振り返りながら自分史を書き出し、意見交換しました。がんを克服し観光ボランティアを始めたという男性は「今後も地域に貢献する取り組みを続けたい」と話し、ほかにも「新しい人間関係を求めたい」「これまで忙しかつてきたが、これからはゆとりと地域で活動したい」など前向きな発言が続き、内山理事長は「人生を振り返ることと新たな気付きや発見がある。自分を見つめ直し、未来図をデザインしてほしい」とアドバイスしました。

続いて同センターが運営する長野県シニア大学を受講している卒業生を交えて画面越しに意見交換。長野の卒業生が、会社以外の人間関係を求めて参加した経緯や、活動例として高齢者の生活と健康に目配りするために商業施設内にサロンを開設したことなどを紹介しました。

このほか、女性グループが医療従事者に手作りマスクの寄贈を始めた、資源ごみの収集日に併せて交流の場を運営したりしている事例が紹介されました。

受講生は同じシニア世代が地域で人間関係を広げ、活躍する姿に刺激を受けたように「私も何かを始めたい」「特技はないが意欲はある。学園で幅広い知識を得たい」「長野のようなサロンを立ち上げてみたい」などの抱負が語られました。

ワークショップで夢や思い語り合う

受講生の声



銀行マンだった浜田市の後山博美さん(68)は園芸科OBで再入学。保護司を務めるなど今も積極的に地域に関わっており「同世代の方々と自分史を振り返り語り合ったことで、何か新しいことに挑戦したいという思いが強くなりました。以前の同窓ネットワークも生かしながら、仲間とともに何かを始めたい」と意欲的です。



3年前に介護の仕事で退職した益田市の石川弘子さん(66)。長野県の活動事例に刺激を受けたと言い「一人暮らしの高齢者の居場所づくりに取り組みたいという目標ができました。2年間かけて地域を学び、一緒にやるよと言ってくれる仲間をつくり、ぜひ実現していきたい」と抱負を語ります。

天井の断熱

発泡ウレタン施工

床下の断熱

家族みんなが安心・快適ね!!

冬でもあたたか

調査・お見積 無料

断熱リフォーム

快適な生活環境を科学する

Kodama

株式会社 コタマサイエンス

本社/島根県松江市西塚島2-8-23 TEL(0852)43-0852 FAX(0852)43-0866

0120-0852-66

詳しくはホームページをご覧ください!

検索

■松江営業所 / TEL(0852)26-6757

■鳥取営業所 / TEL(0857)28-6336

■江津営業所 / TEL(0855)52-6852

■倉吉営業所 / TEL(0858)26-6910

■益田営業所 / TEL(0856)22-5390

■米子営業所 / TEL(0859)32-1272

■隠岐営業所 / TEL(0851)2-2471

■広島営業所 / TEL(082)842-7238

本格的な手品が評判を呼び、年60公演

くにびきマジッククラブ



敬老会を祝って新聞紙に「祈ご健勝ご多幸」と書いた集団の手品を披露する
澄川克治会長(左から4人目)など参加したメンバー
=松江市八雲町、日吉団地公民館

くにびきマジッククラブ

シマネスクくにびき学園のOB、OGで組織する数少ないマジックグループ。個人で活動するマジシャンは多いが、グループでの活動は珍しく、出演依頼も多い。問い合わせは澄川克治会長、電話090(7135)5675。

指先動かし認知症予防、地域福祉の向上を

「お子様からお年寄りの皆様を不思議な世界にご案内」をキャッチフレーズに、玄人はだしの手品を披露する「くにびきマジッククラブ」。2008年に結成し、累計400件の公演をしてきました。20年はコロナ禍の影響で3月から休演を余儀なくされ、10月に再開。最初のステージとなった日吉団地敬老会(松江市八雲町)では、澄川克治会長らメンバー7人が妙技を披露して、出席者を感動とファンタジーの世界に誘いました。

同クラブは、シマネスクくにびき学園の第20期健康福祉科を卒業した澄川会長が中心となってマジックに興味を持つ同窓生に呼びかけ、会員同士の親睦や指先を動かすことによる認知症予防、お年寄りや子どもたちと交流する地域福祉の向上を目指して結成されました。

当初は、福祉施設などに自ら声掛けして出演していましたが、本格的なマジックが口コミで評判を呼び、松江市を中心に県東部地域の高齢者施設、公民館、幼稚園、小学校などから声が掛かるようになりました。年平均で約60件のステージを踏んでいて、15年には松江市社会福祉協議会から会長賞を受賞しています。

現在の会員は、男性5人、女



「無尽蔵」の手品で次々にビールを取り出してアシスト役に手渡すパイロン北野さん
=松江市八雲町、日吉団地公民館

性4人の計9人。年齢は上が78歳、下が69歳で平均74歳です。月2回、松江市のいきいきプラザ島根で例会を開き、約3時間、手の動かし方、顔の表情などお互いが意見交換して技量を磨いています。

「細くちぎったティッシュペーパーがうどんなに変わる、白紙が千円札に変化するといった細かな芸のほか、大きな袋に入った男女が入れ替わる袋イリュージョンの技もあり、約20人の出席者は「あつ、消えた」「どうして色が変わるの」「信じられない」などと拍手を送っていました。

最後の演目では、敬老会を祝って「祈ご健勝ご多幸」と書いた新聞紙を開く手品を集団で披露。澄川会長は「久々の公演で緊張したメンバーもいましたが、これからも、皆さんに喜んでもらえるよう手品に磨きをかけた」と意欲をみせていました。師走、新年と依頼が増えそうということです。

敬老会を主催した日吉団地さ

ます。各自が新しい手品に挑戦し、出来栄を評価してもらうこともあります。

さらびやかなブレザー、ベスト、帽子などの衣装や手品に使う小道具は全て自前で揃えており、中には自ら製作するメンバーもいます。学生時代に手品クラブに所属し50余年にわたって手品を続けているパイロン北野さん(芸名)は、本物のビールを次から次に取り出す「無尽蔵」という芸を見せ「小道具は『百均』で購入した板を組み立てた自作品です。小さな箱からビールが何本も出るの、皆さんが驚かれます」と話し、充実感がみなぎっていました。

10月の日吉団地敬老会では出席者と2メートル以上の間隔を保ち、小道具の確認や紐を持つなどの交流演技もありませんでした。筒に入れたミルクが消え

わやかクラブの山本勲会長は「コロナ禍で新しい日常が求められる中、マジックの思いもよらぬ展開は、発想の転換という新生活にヒントを与えてくれる」と喜んでいました。



ひもで閉じた袋の中に男女が入れ替わる袋イリュージョンの演技を演じるメンバー
=松江市八雲町、日吉団地公民館

整体

全身の筋膜を軽く動かすだけで、
ピキッと痛い腰痛、パンパンの肩コリが
たったの1回で
ビックリするほど
楽になる!



整体 松本真理
[治療家経験20年]

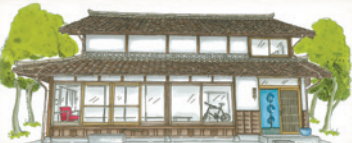
初回体験キャンペーン

1日1組限定
通常60分 5,800円 > 3,980円(税別)



体験者の声 (Mさん 腰痛、膝痛)

本当に驚きました!腰痛がたった1日で楽になって背中がストンと伸び、胴巻後の痛みまでも消えました。※個人の感想です。効果には個人差があります。



予約は
今すぐ
お電話で

古民家 まつもと

コロナ対策実施中
松江市八幡町766-2

TEL.0852-37-1206 定休日 日曜日

動きに呼吸を合わせるだけで
ガチガチな体が

ジワッと緩み、
免疫力の強い体になる

年齢問いません
体が硬い方も
できるヨガです

男ヨガ教室



ヨガ 松本コージ
[ヨガ講師歴 10年]

初回半額キャンペーン中

体験1回 2,000円 > 1,000円(税別)

3日間
限定

教室 体験日 12月25日(金)、1月13日(水)、1月15日(金)
10時から11時まで (少人数制 各回4名まで)



わかりにくい場合は
武内神社までよるこんで
迎えに行きますよ♡

ヨガ体験者
募集中!!



特殊詐欺に注意しよう!



特殊詐欺
とは

特殊詐欺とは、面識のない**不特定の者**に対し、電話やメールなどの**通信手段**を用いて、現金等を**だまし取る詐欺**をいいます。
島根県では**架空料金請求詐欺**の手口が被害件数の**約8割**^{*}を占めています。
※令和2年10月末現在

架空料金請求詐欺とは?

支払いの料金があるなど架空の事実を口実として、金銭をだまし取る手口です。

1 有料サイトの登録料や利用料金等を請求する手口

<p>1 有料サイトの利用料金</p> <p>有料サイトの利用料金が未納のため、このままだと裁判になります。〇〇〇〇にすぐ電話してください。</p>	<p>2 相手先に相談すると...</p> <p>どうすれば良いですか?</p>	<p>3 今日中にお金を支払ってもらわなければ裁判になります。すぐに支払ってください。</p>
<p>4 コンビニで電子マネーカードを買ってください。お金は後で返金されます。</p>	<p>5 電子マネーカードを購入すると...</p>	<p>6 カード裏面のID番号を教えてください。(※お金を渡すのと同じです!)</p>

2 パソコンウイルス除去費用等を請求する手口

<p>1 インターネットを閲覧中に突然!</p>	<p>2 サポート窓口で連絡すると...</p> <p>こちらで、ウイルスを除去するので、指示どおりにパソコンを操作してください。 指示に従うと、パソコンを遠隔操作されてしまいます。</p>	<p>3 ウィルスは除去できましたが、今後のセキュリティ対策費用として、コンビニで電子マネーカードを買ってください。</p>
<p>4 電子マネーカードを購入すると...</p>	<p>5 パソコン画面にカード裏面のID番号を入力してください。</p>	<p>6 このカードは古いので使えません。もう一度買ってきてください。</p> <p>繰り返し電子マネーの購入や現金の振り込みを要求されますが、返金されることはありません。</p>

警察相談専用電話

(土・日・祝および夜間は警察本部当直に接続します)

#9110
(0852-31-9110)

みこぴー安全メールに登録しましょう

県警では、最新の防犯情報をメールでお届けしています。



QRコード



登録方法

QRコードを読み取るか、m-mikopi@xpressmail.jpへ、件名・本文を入力せずにメールを送信し、返信されてきたメールに従い、手続きを行ってください。

※メールの受信制限をしている場合は、上記アドレスが受信できるように設定しておいてください。

“かんたんテレビ電話”を始めよう!

本体価格 **20,000**円

通話料無料!!

テレビ電話専用端末

7インチタブレット

マイクスピーカー内蔵

- ルシアンは、かんたん操作でいつでもテレビ電話ができるインターネット電話です
- ワンタッチで発信でき、ご年配の方もお気軽にお使いいただくことができます
- 離れてお住まいのご家族とも顔を見ながらお話しできますので、音声電話にはない「嬉しい」「楽しい」時間をお過ごしください

1週間無料貸出中!!

詳しくは資料を請求・お問い合わせください

株式会社 アイ・コミュニケーション

【ルシアン】
Le Chien

0120-351-025
(09:00 ~ 17:00 土日祝を除く)

〒690-0816 島根県松江市北陵町46-4 ソフトビジネスパーク島根内



伝統の技を手ほどき、次世代へ継承

上意東高齢者クラブ「みどり会」(松江市東出雲町)

老人クラブ



若手に指導しながら「マイト」作りを行うみどり会の会員ら
=松江市東出雲町上意東

上意東高齢者クラブ「みどり会」(松江市東出雲町)

松江市東出雲町上意東地区の60歳以上の有志で組織。1976年に結成し、45周年。賞歴は2014年全国老人クラブ連合会長表彰(優良老人クラブ表彰)、17年厚生労働大臣表彰など。

五穀豊穡や家族の健康を願い、農家を中心に信仰されている“荒神さん”。松江市東出雲町上意東地区の高齢者クラブ「みどり会」(広江則光会長、50人)は、荒神さんに奉納する「マイト」と呼ばれる稲わらの大蛇作りを若い世代に指導する活動を続け、3年前、伝統行事の継承などによる地域活性化で厚生労働大臣表彰を受賞しています。

荒神さんの「マイト」作り

同地区には5集落あり、それぞれの氏神に荒神さんが祀られています。毎秋の祭礼時にはお供えとともに、「マイト」を作って奉納するのが習わしとなっています。農家を中心に受け継がれてきましたが、農家の減少とともにマイト作りの技術の伝承が課題に。そこで同会は8年ほど前から、各会員が地元で若者への指導を強化するほか、小学校でマイト作り教室を開いたり、制作が困難になった地区内外の集落のマイト作りを請け負ったりしています。

今秋も各集落で荒神さんが営まれ、このうち高庭地区(33世帯)では10月中旬、マイト作りが行われました。本年度当家の「瀬勝さん(66)の音頭で大量の稲わらで束を作り、大蛇の頭にあたる部分や胴体をより合わせていきます。最後は梁に引つけ、祝い唄を皆で歌いながら力を合わせてより上げました。出来上がりの長さは10m近くにもなり、近くの岩崎神社に運び、神木に巻き付けて五穀豊穡や健康をお祈りしました。

40年以上マイトを作り続けてきたみどり会の石本忠次さん(81)は「技を持つ者が元気づけないうちに後継者を育てなければいけない」と後輩たちに手ほどき。20代から参加している福岡寿博さん(46)は「先輩の技を学び、これからは自分たちが下の世代に伝えていきたい」と話し、上山根光夫さん(45)は「地域の伝統として我が子や地域の子どもたちに大事に受け継いでいきたい」と抱負を語ります。

地域を基盤とするシルバー世代の自主的な組織で、おおむね60歳以上の方を会員の対象としています。準会員や協力会員制度を取り入れ、60歳未満の方も参加しているクラブもあります。生涯現役でいきいきと暮らすための生きがいづくり、健康づくり、仲間づくり、住みよい地域をつくる地域づくり(貢献活動)など、それぞれの地域で様々な活動をしている団体や人を紹介します。

広江会長(74)は「マイト作りは、祝い唄も含め受け継ぎたい地域の文化。次代の担い手が現れることを願っています」



神事のため、ご神木に巻き付ける
=松江市東出雲町上意東



最後の仕上げは梁に引つけ、力を合わせてより上げていく
=松江市東出雲町上意東

と期待。同会はほかにも地域の公民館やNPO組織と連携して農業祭や桜まつりなどの地域イベントや子ども向けの農作業体験、清掃ボランティアでも活躍しており「さまざまな活動が継続できたのは地域の皆さんの協力のおかげ。これからも我々ができることで地域に貢献していきたい」と力を込めます。

ペットのお世話で困ったときは みしま舎にお任せください!

ペットのことが心配で旅行に行けない...

急な用事でペットのお世話が...

病気でペットのお世話ができない...

ケガでワンちゃんのお散歩に行けない...

ペットを知人にあずけられない...

ペットホテルにあずけるのが...

そんな時は!

ペットシッターみしま舎にご連絡ください。

日本ペットシッターサービス
みしま舎

松江市東出雲町錦新町2-3-6

動物取扱業登録番号:保管 第171102059号
登録年月日: H30年3月1日
有効期間末日: R5年2月28日
動物取扱責任者: 三島繁人

https://www.pet-ss.com/mishimasya/



☎ 0852-52-7062
☎ 090-3161-8770

リフォーム・水回りの修理はおまかせください。

洗面・洗濯所の困った

- 洗面の排水つまり・流れない、流れが遅い
- 洗面化粧台を取り換えたい など

浴室の困った

- 浴槽の排水つまり・流れない、流れが遅い
- 浴室・脱衣室用暖房換気乾燥機をつけたい など

キッチンの困った

- キッチンの排水つまり・流れない、流れが遅い
- 蛇口からの水漏れ など

トイレの困った

- トイレがつまった・流れない、流れが遅い
- 暖房便座やシャワートイレにしたい など

エアコン・換気扇の困った

冷暖房をお使いになる前に点検・清掃はお済みですか? エアコン・換気扇のトラブルにも対応致します。梅雨のジメジメ、夏場、冬場の室内環境を見て、さまざまな状況に合わせた快適エアコンをご提案致します。

給湯器の困った

- お湯にならない
- 夜間のポイラー音が気になる など

屋外の困った

- 下水管の清掃がしたい →4,000円~6,000円
- 水を使えるところを増やしたい など

工事金額はお気軽にお問合せください!

上記以外の各所の困りごと、何でもご相談ください!! **住まいの困った解決! 24時間365日いつでも修理に伺います。**



太陽水道工事
Life Line Communication

島根県松江市学園南1-16-6

☎0852-22-3204

http://taiyousu.co.jp/



47CLUB ふるさと納税サイト

地方を元気に、日本を豊かに。

47CLUBは、2007年から47都道府県の地方新聞社とともに、地元の価値ある逸品を知っていただくため、地方新聞社厳選お取り寄せサイト「47CLUB(よんななクラブ)」を運営してまいりました。

この活動の根底にある情熱。それはまさに「地方を元気に、日本を豊かに。」したいという想いです。

そしてこのたび、「47CLUB ふるさと納税サイト」を開設いたしました。個性豊かな日本のふるさと、地域の魅力をお客様にお伝えし、その地域のファンになっていただきたいと考えています。

お客様と地域を結びきっかけになることで、「地方を元気に、日本を豊かに。」の想いを全国に広めていきます。ぜひ、応援する地域を見つけて、日本のふるさとをお楽しみください。

ふるさと納税とは、生まれたふるさとや応援したい自治体に寄附ができる制度です。寄附金のうち2,000円を超える部分については所定の手続きをすると所得税の還付、住民税の控除が受けられます。



登録自治体・返礼品
ぞくぞく増えています!

47CLUBふるさと納税

<https://www.47club-furusato.jp/>



※写真はイメージです。

全国各地のおすすめの返礼品が豊富!

※写真はイメージです。内容量など詳細はホームページでご確認ください。



夫婦で愛情たっぷり育てた
あまおう4パック

福岡県 福津市
寄附金額：11,000円



将泰庵の飲めるハンバーグ
【国産黒毛和牛(A5ランク)使用】

千葉県 船橋市
寄附金額：14,000円



ぶり漬け丼の素・
シロハタ昆布じめ丼の素セット

鳥取県 日吉津村
寄附金額：16,000円



浜田市弥栄町産の美味しいお米
「秘境奥島根弥栄」こしひかり6kg

島根県 浜田市
寄附金額：15,000円



津屋崎千軒かき
5.5kg【加熱用】

福岡県 福津市
寄附金額：16,000円



りんご サンふじ
10kg 蜜入り

福島県 福島市
寄附金額：20,000円



浜田市の天然はちみつと
人気のはちみつナッツ6本セット

島根県 浜田市
寄附金額：30,000円



ノドグロ炙り丼他、老舗料亭の
プロの味がご家庭で楽しめるセット

島根県 浜田市
寄附金額：30,000円



彩食兼美
鮭イベ漬といくら醤油漬セット

北海道 石狩市
寄附金額：15,000円



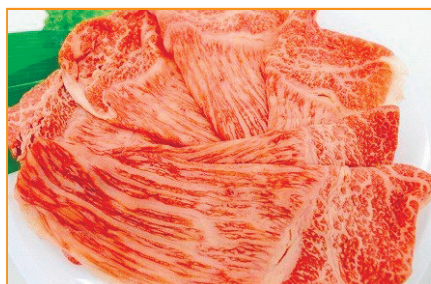
ご家庭でカニ三昧! 浜田市老舗
料亭が提供する豪華カニセット

島根県 浜田市
寄附金額：50,000円



J Aむなかたブランドみかん
【姫の神】(せとか)約5kg

福岡県 福津市
寄附金額：15,000円



博多和牛特選リブローズ
(すき焼き)【A5ランク】

福岡県 福津市
寄附金額：44,000円

※こちらの商品は人気返礼品の一部です

<返礼品のお届け> 自治体ごとに異なります。お電話またはWEBサイトにてご確認ください。

- 【注意事項】 1) 返礼品、寄附金受領証明書の到着時期は自治体によって異なります。寄附金受領証明書は確定申告の手続きで必ず必要になります。大切に保管をお願いいたします。
- 2) 税金控除を受けるためには、「確定申告」をするか「ワンストップ特例制度」の適用に関する申請が必要です。
- 3) 実際のふるさと納税枠は、寄附される本人の収入や他の控除によって異なります。詳しくはお住いの市区町村の税務担当課にお問い合わせください。
- 4) ふるさと納税の特長 ① お礼の品がもらえる ② 複数の地域に寄附ができる ③ 税金の控除が受けられる ④ 寄附金の使い道を選べる

【47CLUB参加新聞社】北海道新聞/東奥日報/デーリー東北/秋田魁新報/岩手日報/山形新聞/河北新報/福島民報/茨城新聞/下野新聞/上毛新聞/埼玉新聞/千葉日報/東京新聞/神奈川新聞/山梨日日新聞/静岡新聞/信濃毎日新聞/新潟日報/中日新聞/岐阜新聞/北日本新聞/北國新聞/福井新聞/京都新聞/奈良新聞/産経新聞/神戸新聞/山陽新聞/中国新聞/日本海新聞/山陰中央新報/山口新聞/四国新聞/愛媛新聞/徳島新聞/高知新聞/西日本新聞/佐賀新聞/長崎新聞/大分合同新聞/熊本日日新聞/宮崎日日新聞/南日本新聞/沖縄タイムス/琉球新報

【お問い合わせ】株式会社47CLUB 〒104-0045 東京都中央区築地1-12-6 築地えとビル4階 47CLUBふるさと納税担当 furusato-customer@47club.jp