

第392回:R4.10.31

五泉市地域おこし協力隊 清水です！



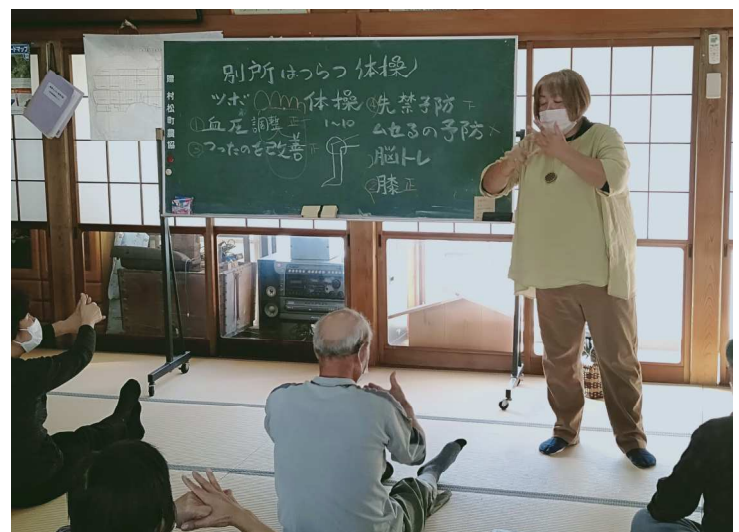
別所集落センターで毎週運動教室を行っています。

先日は「別所はつらつ体操」と題し、介護予防運動指導員の資格を持った先生をゲストにお迎えしました。

13名が参加し介護予防を目的とした運動を1時間ほど教えていただきました。

参加者の興味が高かった血圧に関する事、膝の悩み、また足が
つった際の改善運動などを丁寧に教えていただき、皆さんで掛け
声を出し合いながら楽しく汗を流しました。

「先生にまた来てもらいたい」「腰回りの運動も教えてもらいたい」といった声もあり、皆さんの健康に対する意識が一層高まったように思います。



第393回:R4.11.8

五泉市地域おこし協力隊 清水です！



健康参拝ウォーキングロードを散策

別所虚空蔵堂



沿道には季節の花々



稲荷山山頂にて



10月31日、健康福祉課が作成した『ごせんウォーキングロードマップ』にこのたび追加された「別所の健康参拝ウォーキングコース」を散策するイベントが行われました。

私はコースを案内させていただきながら参加者10名のみなさんと1時間ほど散策しました。

このコースの特徴は別所の鎮守様である神明宮や国登録有形文化財になっている別所虚空蔵堂などに立ち寄って参拝巡りができる点です。

参加された方からは「別所の歴史を感じながら歩いて楽しかった」「例祭の時にまた歩きたい」といった声が聞かれました。

みなさんも『ごせんウォーキングロードマップ』片手に別所へ足をお運びください♪

別所の鎮守様 神明宮



「いっしょに遊ぼうin別所」開催しました！

10月30日、村松小学校の子どもたちが別所へ遊びに来てくれました！

村松小学校は、地域交流活動として月に1回別所地区のみなさんで訪問しています。今回は「いっしょに遊ぼうin別所」を企画しました。

この日はハロウィンが近いこともあり、紙コップや折り紙を使ってお菓子入れを作ったり、絵本の読み聞かせ、ウォーキングロード散策を楽しみました。

「次はいつやるの～？」とうれしい言葉をもらえました。また会えるのが楽しみです！



第394回:R4.11.14

五泉市地域おこし協力隊 清水です!

『新潟県地域おこし協力隊キャラバン』 に参加してきました!!



11月6日(日)村上市で行われた「さんぽく祭」で、県内の地域おこし協力隊が集まり、『新潟県地域おこし協力隊キャラバン』として出店しました。そこに五泉市も参加してきました!

今回は五泉市を含め5市の地域おこし協力隊員が集まり、各地域の魅力をPRしました。

五泉市のブースでは特産のさといも、レンコン、栗などを並べ、全て完売することができました。

また、私が活動拠点としている別所地区での取り組みも紹介しました。お母さん方が作ったお手玉などの作品は子どもたちに大変人気でした!

多くの方にお越しいただき、五泉市を知ってもらいきっかけになったことがうれしく、とても有意義な1日でした。

