



平成 3 0 年度なかがわウォーキング開催



平成30年 11 月18日(日)なかがわウォーキング大会が開催されました。
今年、健康運動指導関係功労者として大臣感謝状を受賞されました平岡令孝(よしたか)先生
による、屋内での健康ウォーキングの講演と、実技講習を行っていただきました。

参加者56名の皆さんがウォーキングの効用、ウォーキング法について学び、汗を流
していただきました。参加者の皆さんから『とても勉強になり、楽しかった』とのお声を
いただく事ができました。

人生100年時代を見据え、ウォーキングを通じて健康の源は自分の足で歩く事です。
これからも様々な催しを開催していきたいと思いますので、一人でも多くのご参加を
お願いします。



『体育部』



講演会の様子



ウォーキング指導



ウォーキング実践



避難所運営ゲーム『HUG』開催

平成31年1月16日(水)松阪市出前講座避難所運営ゲーム『HUG』を開催しました。
避難所開設や避難者受け入れなど、避難所で起こる様々な出来事への対応についてカードを使用
し、机上にて模擬体験を行いました。当日は松阪市より4名の講師にお越しいただき、まちづくり協議
会理事25名と、防犯防災部 7 名、合わせて32名の皆さんにご参加いただきました。

東南海地震が30年以内に70%の確率で起こるとも言われています。いつ起こってもおかしくない
災害に備え、皆さん真剣に取り組まれました。

『防犯防災部』



HUG についての説明



カードを使って模擬体験



真剣に取り組まれる皆さん



平成30年度もちつき大会開催



平成31年1月13日(日)3歳児から6歳児の子供を対象に、餅つき大会が中川コミュニティセンターで開催されました。『餅つき』の文化の継承と地域住民の親睦を深める目的で、餅つき体験・餅つきの実演を行い、楽しいひと時を過ごして頂きました。

当日は120名程の参加者に、餡餅・きな粉餅・おろし餅・カレー餅・等々をお腹一杯食べて頂きました。親御さん達は、ご自分のお子さんの餅つき体験の姿を、嬉しそうにカメラで撮影されていました。子供達には、昔ながらの餅つき行事に参加して、伝統行事の楽しさを味わっていただけたと思います。

『教育文化部』



餅つき体験



お父さんと一緒にペッタン♪



つきたてのお餅を皆でいただきます！



平成30年度芸能大会と健康相談開催



綺麗なお着物姿で♪



沢山の観客の皆さんの前で♪



迫力の三味線演奏！！

平成31年2月3日(日)に芸能大会と健康相談を開催しました。当日は喜楽会の皆様・中川まちづくり協議会の役員理事の皆さんの手伝いをいただき56組の出場者全員がスターに成りきりカラオケ、三味線演奏、漫談・マジック等を披露し、盛大に盛り上がりました。

又、健康相談コーナーでは、社会福祉協議会・保健センターの方々のご協力もいただき、健康についてのお話・ゲームなど豊富な内容で健康チェックを行って頂きました。

健康な毎日を過ごす為、適切なアドバイスを受け、充実した時間を過ごして頂きました。

『健康福祉部』