



- ★中村の歴史から読み解く地域防災・後編（10/1）
- ★アクティブシニアの健康楽講（10/10）
- ★中村ハロウィン仮装コンテスト（10/21）
- ★地域で見守る認知症（10/28）
- ★秋季ズンバゴールド（10/4・18、11/1・15）

中村の歴史から読み解く地域防災（後編）

- ◆前編に続き、まだまだ知られていない史実や、この歴史を後世に言い伝えていくにはどうしたらよいか？またこの教訓を今後どう活かすか…。講演会とグループワークで充実した歴史×地域防災の講座となりました。

〔参加者の声〕

- ・南区に住んでいるのに全然知らなかった。身近な人にも伝えたい。
- ・参加者が、活発かつ意欲的に意見交換できたのは素晴らしかった。
- ・大変ためになりました。地域が一体となって助け合う体制が大切。
- ・いつ起きるかわからない災害について考える機会となった。



アクティブシニアの健康楽講

- ◆中村地区保健活動推進員の皆さんと共催で、健康に関する楽しいプログラムを実施。今回は神奈川県警察による交通安全健康体操、理学療法士による正しい歩き方の講義、ズンバイストラクターによるチェアーズンバで身体を動かしたり、健康について学びました。

(参加者の声)

- ・警察の健康体操があるなんて知りませんでした。
- ・とても勉強になりました。家でも意識して過ごします。
- ・チェアーズンバが楽しかった。今後の活動に取り入れたいと思います。

中村ハロウィン 仮装コンテスト

◆NPO 法人おもいやりカンパニーさんと共催で仮装コンテストを開催。中村地区社会福祉協議会、中村地区連合町内会、どんとこいみなみさんのご協力もあり、とても楽しいコンテストとなりました。恒例イベントになるといいですね。

(参加者の声)

- ・楽しかった。来年も参加したい。
- ・コンテストとパーティーに参加できるので一日ハロウィン気分。
- ・可愛いお子さんの姿をたくさん見ることができて良かった。



地域でも守る認知症～私たちにできること～

◆キャラバンメイトでもあり、社会福祉士・介護福祉士でもある角川氏を講師に迎え、中村地域ケアプラザと共催による認知症の理解講座を開催しました。参加者同士で分かち合う時間もあり、とても有意義な講座となりました。

(参加者の声)

- ・介護は、ひとりひとり違うのでとても難しいと思う。
- ・少しずつ勉強して元気に生きていきたい。
- ・気づかない点が多かったので、大変勉強になった。