

—みんないきいき元気に—

高齢者の通いの場訪問

VOL.56

平戸市では、高齢者がいつまでも元気でいられるために、身近な地区公民館などで健康体操「平戸よかよか体操」を毎週行う場の設置を推進しています。

このコーナーでは、各地区の「高齢者の通いの場」を毎月紹介します。

問 長寿介護課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎ 22-9133

《「平戸よかよか体操」オリジナルCDおよびDVDを無償貸し出し中です!》



「スマイル上里」

上里地区では、平成30年5月から平戸よかよか体操を行う通いの場を始めました。地区の婦人会がなくなったことで集う機会が減り、代わりに何か活動をしたり集まつたりしたいという地域の人の声が上がったことが活動を始めたきっかけです。多くの人たちが参加できるように、週に2回月曜日の夜と水曜日の午前中に活動しています。

体操のほかにも月に1回は、お菓子やおはぎ、漬物などを準備してお茶会をしています。みんな楽しく活動し、いつまでも元気よく、幸福な気持ちで「ピンピンコロリ」を目標にやっています。

活動日／毎週(月)午後7時～8時30分
毎週(水)午前10時～11時30分
活動場所／(月)上里研修センター
(水)里住宅集会所
開催地区／田平町上里免
代表／田川 記代子



消費生活センター

「消費生活センター」から身近な情報を届け

新型コロナワクチン詐欺と消費者ホットラインの開設について

連日ニュースなどでも伝え

られているとおり「新型コロナウイルス」のワクチン接種が始まっています。市内でも順次接種が開始される予定です。

これを受けて、ワクチン接種に便乗した詐欺と思われる不審電話が県内で発生しています。

■事例
「ワクチンの接種は国との折半になります。事前に負担金を支払えば、優先的に接種することができます」と電話がかかってきた。

ワクチン接種は無料です。公的機関が電話やメールで負担金を要求したり個人情報を求めることはありません。

消費者ホットラインに相談しましょう。



問 市民課消費生活センター ☎ 22-9122

国際交流員
の日記

你好,平戸

vol.12

再出発(サイチューファ) 「再スタート」



国際交流員
丁春朗
(ティ・エイロウ)
(中国出身)

4月に新生活がスタートしましたね! 今回は平戸に来てからの2年間を振り返り、3年目に向けての目標を紹介します。

【2年間の振り返り】

2019年の4月から平戸市の国際交流員として、友好都市南安市(中国)、交流促進都市台南市(台湾)との交流、国際交流講座の企画・実施、小中学校での総合学習(異文化理解)、外国人住民の支援などの仕事を通じてとても貴重な経験を積めました。

また、たくさんの素敵な人とふれあうことができました。生月の中国語の達人、中部の竹とんぼの匠、市内ホテルでのおもてなしの達人、世界

遺産の守護者たち、捕鯨歴の達人など、2年間平戸の人たちとの交流を通して、多くのことを学び成長できました。

その他にもたくさんの人、特に市役所の皆さん、中国語講座の皆さん、学校の先生と生徒さん、バドミントンクラブの皆さん、そして平戸

でできた友達などの応援があつたからこそ、充実した有意義な2年間を過ごせました。

【3年目に向けての目標】

「コロナ禍だからできない」ではなく、友好都市の交流活動、国際文化理解講座などの目標をもって、「コロナ禍でもできる」ことを見つけて頑張っていきたいと思います。

問 文化交流課交流推進班 ☎ 22-9143