

野外焼却は禁止されています

廃棄物の処理および清掃に関する法律により、廃棄物の野外焼却は原則禁止されています。



▲ドラム缶での焼却

▲ブロック積みや穴を掘っての焼却

上記の焼却は、いずれも違法な焼却となりますので、絶対に行わないでください。家庭から出るゴミや落ち葉などは、指定のごみ袋に入れて、決められた曜日に、近くのごみステーションに出してください。また、廃プラスチック類、ゴム類、廃油、革製品、廃タイヤなどの焼却は禁止されています。煙や悪臭によって、近隣住民の迷惑になりますので、焼却はしないでください。



市民課生活環境班 ☎22-9122

# 一地域でいきいき一通いの場 VOL.74

平戸市では、週に1回以上集まり、「平戸よかよか体操」や趣味活動を行う住民主体の通いの場が86か所あります。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。

☎ 長寿介護課高齢者支援班(地域包括支援センター) ☎22-9133

## 「～参加者の「やりたい」を集めたら、人も笑顔も集う場所～」

ビューティフルマンデーの活動は、参加者の「やりたい」という声に応じて少しずつ増え、気づけば毎月の予定表はスケジュールでいっぱいです。様々な活動を通じてたくさんの「笑顔」と「元気」に触れることができます。



### ビューティフルマンデー

#### Interview

代表  
まえだ ようこ  
前田 洋子さん



老人会とふれあいサロンに参加している時に、「体操で介護予防にも力をいれたい」との思いから活動を開始しました。

活動日/毎週月曜日  
午後1時30分～午後3時ごろ  
活動場所/小崎宮農研修センター  
開催地区/小崎

### 通いの場『ビューティフルマンデー』の3つの特徴 (参加者からの声)

#### 世代を超えて触れ合える時間

7月ごろには、七夕祭りに向け子供会と東田平駅を飾り付け、利用者や地域を和ませています。

#### 通いの場に集うことが、生きがいつくり

参加者同士で顔を合わせることが一番のリハビリです。よかよか体操で、階段の上り下りが楽になるなどの効果もでています。

#### 地域を過ごしやすい場所へ

周辺の掃除や一六海岸のごみ拾いも行っています。いつまでも地域の皆さんが利用しやすい環境整備に努めています。



「通いの場」への参加率が高い高齢者ほど、転倒や認知症、うつリスクが低い傾向にあることがわかっています。まだ参加していない人は、近くの通いの場へ参加してみませんか？

「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！  
また、平戸市ホームページでも動画を公開しています！

### クアニエン 跨年(年越し)

あけましておめでとございます！

皆さんはどのような年越しを迎えられましたか。新年に向けてどんな願いを持たれましたか。私は両親とビデオ通話で近況と新年への思いを話しました。お互い元気で今年には会えることを願っています。日本の年越しと違って、中国人は西暦の新年(1月1日)への気持ちは少し薄いようです。

なぜなら、中国では春節(旧正月)がメインとなるため、新暦の元旦休み(12月30日から1月1日までの3日間)は特別にお祝いしません。

また中国では、新暦1月1日から旧正月(2023年は1月21日)までは前年の干



国際交流員  
丁睿朗  
(ティ・エイロウ)  
(中国出身)

支の寅年で、1月22日から新年の干支の卯年になります。

それから、中国でも年賀状を送る習慣がありましたが、環境に配慮した結果、多くの企業と団体は年賀状を廃止しました。

私が最後に新年のメッセージカードをもらったのは小学校六年生の時でした。友達からの手書きのメッセージを読んで、心がホッと温かくなる気持ちは今でも忘れられません。

それでは皆さん、素敵な一年になりますように今年もよろしくお祈りします。兔年大吉！



▲卯年の切り絵「福兔」by丁

文化交流課交流推進班 ☎22-9143