

リラックス体操教室に参加してみませんか？

～健康と介護予防の為、皆様のご参加をお待ちしております～



今とこれからが気になる方は、会場に足を運んで下さい！

- ①椅子に座って膝に負担のかからない体操で全身を暖めます。
- ②健康維持のためのストレッチをご紹介します。
- ③血流を促進するためのツボ押圧マッサージを行います。

講師：木村崇男 インストラクター（松江市在住）

1月の予定

リラックス体操教室は、3ヶ所で開催しています。

- 宇賀地区：1月8日（木） 宇賀交流施設 14：00～14：45
- 大津地区：1月8日（木） 大津集会所 15：00～15：45
- 浦郷地区：1月9日（金） 浦郷シルバー会館 9：30～10：15

※参加費は、無料です。地域外の方でもご参加いただけます。

2月以降の日程は、広報“にしのみ”行事予定、タブレットにてお知らせ致しますので是非、ご参加下さい。
詳しくは、社会福祉協議会までお問い合わせ下さい。（☎6-1470）

し 芳 志

西ノ島町社会福祉協議会へ次の方々からご寄付をいただきました。謹んで厚くお礼申し上げます。

香典返しとして

金一封 小新 憲夫 様 船越

一般寄付として

金一封 齋藤 幸子 様 東京都

金一封 鹿島 實由 様 小向

戸 籍 の 窓

（平成26年11月届出分）

（敬称略）

お ぐ や み

岡本 トメエ 92歳 美田尻

中浜 満雄 86歳 浦郷

「ふるさと西ノ島基金わがとこ」
1ご寄付を頂きました。

寄付者…191名

平成26年度分 寄付金総額

一、九三四、〇〇〇円

（平成26年11月末現在）

ありがとうございました。

財政課

にしのみ

マイバッグキャンペーン実施中！

マイバッグを持つことは、ごみの削減や、それに伴う二酸化炭素などの温室効果ガスの削減、レジ袋の原料となる原油の節約（資源保護）へとつながります。

11月末現在、のべ177,020枚のレジ袋が節約されました。皆様のご協力をお願いいたします。

西ノ島町地球温暖化対策地域協議会

農業センサスの実施

平成27年2月1日現在で、2015年農業センサスを実施します。

調査員がお伺いしましたら、ご協力をお願いします。

問い合わせ先 西ノ島町役場 議会事務局

TEL (6) 0101

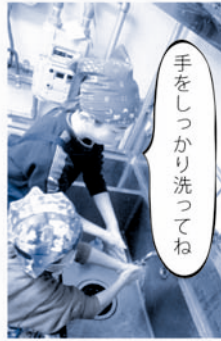
FAX (6) 0113

地域おこし協力隊ニシカワの
Nishilepo.
あけましておめでとございます！
今年もよろしくお願ひ致します。

vol.11 手作り
パーガー教室に参加して
きました！

こんにちは！西ノ島町地域おこし協力隊ニシカワです。

12月7日に観光交流センター内で「隠岐・西ノ島おさかなスリミーパーガー手作り教室」が開催されました。



手をしっかり洗ってね

「島の子ども達に魚をおいしく食べてもらいたい」「お母さん達が楽しく魚料理をできるような機会を作りたい」という思いで企画されたこのイベントには11家族が参加されました。



指を切らないように気をつけてね



今回はアジ・イカをミンチにする段階からスタートするちよつと本格的な内容です。子ども達は魚がフードプロセッサーですり身になっていく様子に興味津々。真剣な顔でパテを整え、温度を測りながら焼いていきます。



小学生の大きな子達は小さな子達の面倒を率先して見たり、「やってみたい！」と野菜のカットにも挑戦したりと、とても活躍していました。

普段は魚が苦手、というお子さんもやっぱり自分達で作ったパーガーは格別なのか、笑顔でパクパクと食べていました。お母さん達からも「レシピを教えて欲しい」という声があったり、とても有意義な時間となったようです。

地域おこし協力隊ニシカワ



地域おこし協力隊は毒にも薬にもならないプロダクターです！

「にしのしまの日々」
nishinoshima2.jugem.jp/

**カマダ隊員の
にしのしま報告書**
其の弐

みなさま、新年明けましておめでとうございます。地域おこし協力隊のカマダです。今年も何卒よろしくお願ひ致します。

寒い季節になりましたね。バイク通勤の私にはツライ季節です。冬は風邪と事故に気を付けて過ごします。

今月の活動報告

私は今2つの企画を提案させていただき、現在取り組んでおります。そのうちの1つを紹介させていただきます。その名も「にしのしままちあるきマップ」。西ノ島のマップは基本的に島全体を表したものが多く、細かいところがわかりにくいですよね。住民の方から、「観光客に説明するのにわかりやすい地図がほしい」という声も。また観光客にとっては、本土とは違った島の集落を歩いて回るだけでも、多くの発見とおもしろさがあります。

そこで、「集落ごとに細かなマップを作ってみてはどうか」と思い実際に作ってみました。

まずは観光客の多い浦郷と別府周辺から作成中です。まちあるきマップは見る人の興味を惹きやすい「手書き」にしました。

イラストを描くのは中学の美術の授業以来で不安でしたが、今の時代は便利ですね。絵や地図の描き方もネットで調べれば丁寧に教えてくれます。

見よう見まねで描いたのが左のイラストたちです。Nishiさんのイラスト力に比べると足元にも及びませんが、これはこれで味があつていいでしょう…とポジティブシンキング。



MAPに使用されるイラストたち



3月の広報までにはまちあるきマップを完成させて、掲載できればと思います。時間はかかりますが、いずれは島内の全地区のマップを作成したいので、応援・ご協力をよろしくお願ひします！