

中央公民館

いかだアドベンチャー

7月28日(水) 29日(木)に「いかだアドベンチャー in 西ノ島」を島根鼻オートキャンプ場で行いました。「仲間と協力し自分たちの力でやりぬく」をテーマに小学生13名が参加し、町内在住の高校生3名もサポーター役として加わり、野外炊飯、いかだ作り、いかだ航海にチャレンジしました。

焚火でのシーフードカレーピラフ作りからスタートしました。各々が包丁で野菜をサイコロ状に切り、米をとき調味料を入れ、土鍋で炊きます。野菜をダイナミックな大きさに切ったり、丁寧に5ミリ程のサイズに切り揃えたり：様々な個性が光っていました。



▲自分のご飯は自分で準備

火おこし体験では、なかなか強火が続かず沸騰させるのに時間がかかりましたが、火を扱う貴重な体験を楽しみました。立派な土鍋ピラフを完成させ「うおーできた!」「うまつ」という声が聞こえてきました。



▲縛り方を教えてもらいながらいかだの制作

午後からはいかだ作り。3チームに分かれ、最初に班オリジナルいかだの設計図を描きました。竹は何本使う? 浮きはどこにつける? (時には意見をぶつけ合いながら) 話し合いました。約4時間かけて、試行錯誤しながらビニールひもで竹と浮きを縛り、チーム一丸となって完成させました。

翌日の航海日。さあ出発! 海に浮かべた瞬間、ひもがほどけてバラバラに壊れないだろうか：浮きに人はちゃん

と乗れるのか? 実際に乗るまでドキドキハラハラでした。無事、みな乗船でき「いち、に、いち、に!」とオールを漕ぎました。なんと：最後まで壊れることなく、全員ゴールにたどり着きました。本当におめでとう、皆やり遂げましたね!

子供たちの振り返りでは、「仲間自分の意見を伝えられるようになった」「角しぼりが出来るようになった」とありました。このイベントを通して、できるようになったことが一つでも増え、自信が持てるようになり、夏休みの良い思い出となれば嬉しいです。



▲手作りいかだでゴールを目指す子どもたち

ふるさと子ども体験隊

マリンスポーツを体験しよう!

7月3日(土)、B & Gにてふるさと子ども体験隊『マリンスポーツを体験しよう!』を開催し、児童と保護者25名が参加しました。

当日は天候もよく風、波ともに穏やかで、絶好のマリンスポーツ日和でした。保護者の方の参加も多く、クラブノア隠岐の方の丁寧な指導のおかげで、カヤックが初めての方でも十分に楽しむことができました。最初は怖がっていた子どももいましたが、最後には思いっきりはしゃいでいました。

お昼にはボランテアさんが作ってくれたカレーライスとフルーツポンチを食べ、おかわりもたくさんしました。協力してくださったクラブノア隠岐の皆さま、ボランテアの皆さま、ありがとうございます。ありがとうございました。



▲親子で楽しくシーカヤック



秋のけんしんのぞ案内

事前予約が
必要です！



肺がん・結核検診予備日 予約不要

9月30日(木) 15:15 ~ 15:30 場所：中央公民館(浦郷)

4月の検診の機会を逃した方は、ぜひ、予備日をご利用ください！

対 象 者	40歳以上の方 ※職場の健康診断など受診機会のない方も受診できますので、検診会場へ直接お越しください。 ※問診票(4月に郵送したもの)がお手元にある方はご持参ください。
料 金	レントゲン：200円 喀痰検査：500円 ◆喀痰検査対象者◆ 50歳以上で「喫煙年数×1日の本数」が600以上の方
注 意 事 項	○無地のTシャツ、ホック、ボタン、チャックなどのついていない上着・下着であれば着たまま撮影できます。 ○喀痰検査のみは受け付けておりませんので、ご了承ください。



特定健診・後期高齢者健診予備日 要予約

10月15日(金) 8:30 ~ 11:00 場所：町民体育館

6月の健診の機会を逃した方は、ぜひ、予備日をご利用ください！

対 象 者	特定健診・・・40歳以上の国民健康保険加入者 ※39歳以下の方や国保以外の方も受診できます。 後期高齢者健診・・・75歳以上の方
申 込 方 法	役場健康福祉課(☎6-0104)へ電話でお申し込みください。 お申込みの際に、以下①～④のことをお聞きします。 ①氏名 ②住所(地区・番地) ③生年月日 ④電話番号



<予約受付期間> 9月1日(水) ~ 9月10日(金)



大腸がん検診 要予約

今年度最後のがん検診は『大腸がん検診』です。

対 象 者	40歳以上の方
申 込 方 法	役場健康福祉課(☎6-0104)へ電話でお申し込みください。 お申込みの際に、以下①～④のことをお聞きします。 ①氏名 ②住所(地区・番地) ③生年月日 ④電話番号
料 金	500円 ※4月1日現在で40、45、50、55、60歳の方には無料クーポンを郵送しています。
そ の 他	検査キットは11月に各地区の集会所で料金と引換に配布します。申し込みをされた方は、お住まいの地区の集会所にお出かけください。ご都合のつかない方は役場健康福祉課で配布します。



<予約受付期間> 9月27日(月) ~ 10月8日(金)

<お申し込み・お問い合わせ先> 西ノ島町役場 健康福祉課 6-0104