



## 地域おこし協力隊 活動報告 Vol.18

皆さん、はじめまして。

7月1日から、地域おこし協力隊に着任しました椎名利江です。

安中に来て、見渡す限り広がる山々の風景に心癒やされる毎日です。

さて、私は主に養蚕農家として活動していますが、お蚕を飼育するカゴなどの道具はどれも大きく、ひとりで扱うのにも一苦労。

養蚕業は、なかなか手間のかかる仕事だと痛感しています。しかし、日々試行錯誤を重ね、ようやく養蚕ひとり仕事がかたちになりはじめています。市内には現役の養蚕農家さんや、養蚕に携わっていた人がたくさんいらっしゃいますので、ご支援をいただきながら、かつて日本の一大産業として発展してきた養蚕業を今に残し、養蚕農家として優良な繭を作れるよう経験を積みたいです。

どうぞよろしく  
お願いします。



『笑いヨガ講座』を  
開催します

講座・教室



チケット▼一般1,000円 学生500円  
場所▼安中市文化センター  
問合せ▼安中総合学園高校ダンス部  
(☎381-0227)

みなさん、『笑いヨガ』という言葉をご存じですか。  
笑いヨガは、心と体が元気になるとが医学的に証明されています。難しい動作はありません。誰でも気軽に楽しめる笑いヨガの効果を実際に体験してみませんか。ぜひこの機会にご参加ください。

日時▼12月10日(火)午後1時30分～3時  
場所▼老人福祉センター(いきいき長寿センター)大広間  
内容▼ラフターヨガティチャーによる笑いヨガ講座  
持ち物▼飲み物、フェイスタオル  
対象者▼市内在住の概ね65歳以上の人  
参加費▼無料  
定員▼20人(先着順)  
申込み期間▼11月8日(金)午前9時～

**健康通信**

○12月3日(火)より乳がん・子宮頸がんの集団検診が始まります。  
受付時間▼午後1時～午後2時  
(全会場共通)  
・番号札は午後0時30分より配布  
します。  
・該当地区での検診日にご都合が

**健康**

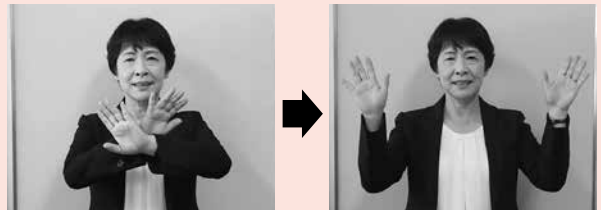
○介護高齢課地域包括支援センター  
(☎内線2156・2157)

12月9日(月)まで午前9時よりお電話でお申込みください。  
申込み・問合せ▼

## 手話で伝えよう Vol.11

季節の行楽が楽しめる時期となりました。今月の手話で伝えようは【明るい】と【暗い】です。

### 【明るい】



解説  
両手を交差した形から、左右同時に弧を描いて開きます。

### 【暗い】



解説  
手のひらを前にし、両手を開いた状態から弧を描くように交差して引き寄せます。  
※【明るい】+【あいさつ】(10月号で紹介)と順に表すと【こんにちは】  
【暗い】+【あいさつ】(10月号で紹介)と順に表すと【こんばんは】という単語になります。

(安中市立磯部小学校長 櫻井 敦子)

つかない場合は、別の検診日にご来場ください。その際の事前連絡は不要です。  
・「受診シール」を忘れずにお持ちください。  
○個別検診は市内医療機関にて引き続き実施中です(令和2年1月31日まで)。希望する検診について『検診のしおり』をご覧ください。  
り、集団・個別それぞれの実施期間をご確認のうえ早めに受診してください。  
○詳細は、困健康づくり課予防係(☎内線1172)までお問い合わせください。