



▲「ささえ愛弁当」を作るメンバー

## ボランティアグループ

### ささえ愛

私たちは、みんなが安心して暮らせるまちをめざし、お互いに支え合う地域づくりをしていきたいという思いで、平成18年に甲賀町で活動を始めました。

毎週木曜日の調理ボランティアによる「ささえ愛給食」と、月2回のサロンが主な活動です。



お話を伺った大井きよ子さん

# ボランティア

## こうか

No.04

このコーナーは市内で活躍するボランティア団体を紹介しています。

### ●生きがいや張り合いにつながれば

「ささえ愛給食」は、一人暮らし高齢者の方や高齢者のみの世帯、食事作りの困難な方に手作りのお弁当を届ける活動です。メニューは栄養士が考えており、栄養バランスのとれたお弁当を食べることで、自分の食を見直して健康につながっていただければと思っています。

お弁当はただ配達するだけではなく、必ず手渡しして「調子はごつですか」となどと声をかけるようにしています。そういったボランティアとの交流が、利用者の方の生きがいや張り合いにつながればと考えています。

### ●支え、支えられている

サロンでは、健康チェックや体操をしたり、みんなで昼食を食べて楽しく過ごしたりすることで、寝たきり・認知症の予防や仲間づくりに努めています。楽しくおしゃべりをする中で、利用者の皆さんにいろいろなお話を教えてもらい、私たちボランティアも元気をもらっています。

今後も、お互いに支え、支えられているという気持ち大切に、安心して暮らせるまちづくりの役に立てればと思っています。



# こうかギャラリー

このコーナーでは、市内の保育園・幼稚園・小中学校の児童や生徒が描いた絵を順次紹介していきます。



宇宙の上の別世界

甲南中学校 3年 中村廉さん



海の中をさまようスイミー

水口小学校 4年 久山虎宇太さん



夢の世界

雲井小学校 5年 宇田凜さん

問い合わせ：広報課 ☎65-0675 / ☎63-4619 (ボランティアに関することは市民活動ボランティアセンターへ ☎86-6173)



広報 あいこうか  
12月15日号 [No.252]  
2015.12.15 発行



自然保護のため、この広報紙は再生紙および石油系成分の少ない植物油性インキを使用しています。

### 今月の納税等

納期限は  
1月4日(月)です

- 固定資産税(3期)
- 国民健康保険税(9期)
- 利用者負担額(保育料)
- 利用者負担額(幼稚園使用料)
- 介護保険料(9期)
- 後期高齢者医療保険料
- 水道料金・簡易水道料金

市税等の納付には、便利な「口座振替」をご利用ください

### 甲賀市の花・木・鳥



花 ササユリ



木 スギ



鳥 カワセミ