



小坂町「SOSの受け方研修会」開催 わたし(たち)ができる自殺対策

1月12日にセパームで「SOSの受け方研修会」を開催し、子どもに関わる教職員や保育士ら約50人が参加しました。

臨床心理士・公認心理師の荒川祐介氏（秋田県立医療療育センター）が、誰にでもできる自殺対策について講演を行いました。自身の健康づくりや誰かの健康を損なうリスクに自分にならないことが自殺予防につながることや、子どもの行動の背景に目を向けて保護者なりの子育てを応援することが信頼関係の形成・家族全体の健康度を高めていくことにつながるなど多方面からの取り組み方を豊富な資料を示しながら紹介しました。



第28回健康のつどい(健康づくり研修会) 自分の健康は自分で守ろう!

1月14日、第28回健康のつどいをセパームのホールで開催しました。

弘前大学大学院医学研究科の中路重之氏が「高血圧予防を中心にした健康の考え方」と題して講演を行いました。高血圧とはどういった状態でなぜ高血圧になるのか、予防のポイントなど知っているようで実は知らない内容をわかりやすく解説しました。

七滝地区食生活改善推進員や傾聴ボランティア「一休さん」による健康PRや家庭血圧測定コーナーなども行い、健康についてみんなで考える機会になりました。



「コミュニティ生活圏形成事業」小坂町報告会 地域づくりのアイデアを共有

1月15日、川上地区をモデル地区とした県事業「コミュニティ生活圏形成事業」の報告会がセパームで行われました。町では、将来にわたって持続可能な地域づくりを推進しており、そのひとつとして複数の地域が連携する「地域コミュニティ生活圏」の形成を目指しています。

報告会では、事業に取り組んだ地域の代表らが事業成果を報告し、町人口の推移予測と地域づくりに関するオンライン講座やパネルディスカッションも実施。地域が抱える課題解決に向けたアイデアや意見を共有し合い、活発な議論が行われました。



子どもクラブSkip「新春もちつき大会」 よいしょ、よいしょと威勢良く

1月12日、セパームで子どもクラブSkip主催の「新春もちつき大会」が開催されました。これは子どもたちの健やかな成長を願って毎年行っているもので、もち米は地元で作られたものを提供していただいています。

冬休み中だった児童59人が参加し、大人のサポートを受けながら杵と臼を使って本格的な餅つきを体験。重い杵を二人がかりで持って振ると、周囲の子どもたちから「よいしょ！よいしょ！」と大きなかけ声が上がりました。

できたての餅は自分たちでちぎり、好きな味付けをしておいしそうにほおばっていました。