



唐古・鍵考古学ミュージアムでのボランティア活動の様子



輝く まち・ひと

Vol. 51

歴史学習・体験をサポート

ミュージアムサポーター／唐古・鍵遺跡の保存と活用を支援する会（支援隊） 水野淳子さん

どのような活動をしているのですか？

ミュージアムでは、夫と二人で企画展の受付をしています。夫は展示解説もしています。支援隊の活動では、町内小学校での勾玉・土器づくりや火燐しの体験学習のサポート、古代ものづくり体験活動をしています。

参加するきっかけは？

先に参加していた夫から2年程前に一緒に行こうと誘われ、私も支援隊に入り、ミュージアムでも受付ボランティアならお役に立てるのではと思い、参加するようになりました。

一緒に活動しているのはどんな人たちですか？

歴史や考古学が好きな人が多いですが、中にはあまり歴史には興味はないけど、私のように子ども好きや、活動が楽しいので参加されている人もいます。

印象に残っていることは？

支援隊の学校支援で子どもたちと土

器づくりをした時、私も土器づくりは初めてでしたが、仲間に教えていただいたことを子どもに教えたらず上手に出来て、喜んでくれたことがうれしかったです。子どもが好きなので子どもたちと一緒に私も勉強できることがうれしいです。

これからしてみたいことは？

ミュージアムの活動を何も知らないところから始めたので、これからも視野を広げる為に、いろいろな博物館へ行ったり講演会に参加したりして勉強したいと思っています。また、細かな作業が得意なのでミュージアムワークショップのサポートをしてみたいです。以前吉野ヶ里遺跡に二人で旅行した時に、復元された建物がたくさんあり、唐古・鍵遺跡史跡公園にもそういった復元建物があるといいなと思いました。支援隊仲間に堅穴建物をつくらうと声をかけてもらったので、夫と二人で楽しみにしています。

ボランティア募集中！

ミュージアムサポーターズ

活動内容 唐古・鍵考古学ミュージアムでの展示解説や企画展受付のボランティア

※都合の良い日に活動できます。

園 唐古・鍵考古学ミュージアム

☎ 34-7100



支援隊員

活動内容 唐古・鍵考古学ミュージアムでの活動のほか、小学校での授業サポートや古代ものづくり体験など

園 右記 QR コードから



健康長寿の実現に向けて、元気に体操続けてます！

第6回いきいき百歳元気交流大会開催

いきいき百歳体操実施団体の交流などのため、11月21日(金)にいきいき百歳元気交流大会を弥生の里ホールで開催しました。

90歳以上の体操継続者への表彰が行われたほか、団体独自で取り組んでいる体操の発表や「長生き音頭」の実演があり、会場は熱気に包まれました。

たわらもとで見つけた！

いきいきご長寿 数珠つなぎ

第22回

高知市の医師や理学療法士が開発した「いきいき百歳体操」。

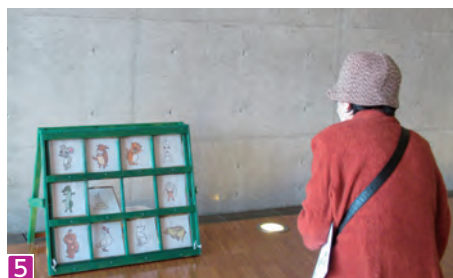
体を鍛えられ、仲間も増えると好評なこの体操を通して、参加者の声や取り組みを紹介します。



いきいき百歳体操を継続している90歳以上の18人が表彰式に出席されました。受賞された皆さんはとても凛としていました。



最高齢98歳の西本久子さん。1日3食感謝の気持ちでしっかりいただくことが健康長寿の秘訣だそうです。



1 阪手元気でワイワイ（阪手北自治会と阪手南自治会の有志チーム） 2 スギ薬局健康長寿会による幸せりボン体操 3 宮古さくら元気会「長生き音頭」 4 実行委員からの挨拶ではいきいき百歳体操の効果を実感したエピソードを披露 5 手作りストラックアウトの実演コーナー

いきいき百歳体操をはじめませんか

いきいき百歳体操を…

- やってみたい人
- 体操する団体を立ち上げたい人
- 体操場所を提供できる人

ぜひ下記の連絡先へご相談ください

〒 町地域包括支援センター

☎ 34-2104



町ホームページにも関係情報を掲載しています



Youtube
いきいき百歳体操～田原本版～



認知症になっても参加継続できるように、認知症の人をサポートする「チームオレンジ」の活動紹介