

(公社)徳島県労働者福祉協議会

中央LSCニュース

発行：徳島中央ライフサポートセンター

発行責任者：板東 喜代子

〒770-0942 徳島市昭和町3丁目35-1

TEL 088-623-4105

FAX 088-678-4177

## 新年あけましておめでとうございます

### 2020年度 徳島中央ライフサポートセンター役員

旧年中は、徳島中央ライフサポートセンターの諸事業に格段のご支援、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

当センターは、ワンストップサービスの拠点として、関係団体とのネットワークにより「暮らしなんでも無料相談」、日々の暮らしに役立つ情報の提供など地域福祉や労働者福祉の向上を目指した様々な事業を行い、地域住民はじめ県民の皆様の生活をサポートしています。

昨年の活動としては、5月20日第10回総会の後「セクシャルマイノリティの現状と課題」と題して連合本部照沼次長をお迎えし、パートナーシップ制度導入に向けての自治体の動きと連合の取組等を講演いただきました。また、11月8日には「リラクゼーション・ヨガ」を開催。また、11月10日には、全国一斉「奨学金に関する相談ダイヤル」も開催しました。

恒例となりました「キウイ収穫体験祭り」を11月16日には佐那河内村の果樹オーナー園で行いました。当日は、103名が参加、素晴らしい晴天のもと多くの方がキウイ収穫を体験し、抽選会やキウイの試食を楽しみました。更に、平和や人権問題、国際交流にも積極的に取り組んだところです。

本年も、地域住民との結びつきを強め、地域から期待される「ワンストップサービス」機能の充実に努めてまいりますので、格別のご支援、ご協力、ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

### ～リラクゼーション・ヨガ～



- \*とき 2019年11月8日(金) 18時30分～
- \*ところ ふれあい健康館1Fホール
- \*講師 阿部ひとみさん
- \*参加者 21名

徳島中央ライフサポートセンターと連合徳島中央地域協議会の共催で、板東事務局長から「阿部先生は、タイ式ヨガ・ルーシーダットンのインストラクターです。毎年開催しています。

会長	宮本 武司	中央地域代表
副会長	今治小百合	四国労働金庫徳島支店
	豊田 浩	こくみん共済コープ 徳島推進本部
	新居 良雄	フレッセ
	杉本 友好	徳島県勤労者福祉ネットワーク
	松本 光弘	徳島地域代表
	村上 貴則	北部地域代表
事務局長	尾田 賢治	中部地域代表
	板東喜代子	専 従
理事	西 英二	四国労働金庫徳島北支店
	遠藤 好人	四国労働金庫鳴島支店
	祖父江広幸	徳島地域代表
	小谷 正勝	北部地域代表
	青山 広樹	東部地域代表
	加美 大輔	中部地域代表
	元川 仁	NPO法人社生
監事	谷本 智	徳島地域代表
	藤崎 夏男	北部地域代表

日頃の疲れを癒やし、まわりの人と比べずにそれぞれの体調に合わせてリラックスしてください。」とあいさつの後、阿部ひとみさんの指導のもと、リラクゼーション・ヨガが始まりました。まず、脳を目覚めさせるため「グー、パー、グー、パー、右手を前に右足前に、左手前に左足前に、右手を前に左手前に、右足前に左足前に、・・・」とヨガの始まりです。ゆっくり息を吸い・吐く腹式呼吸と先生がミストしてくれるアロマの効果で心も体もリラックス！「リラクゼーション・ヨガ」を楽しみ、参加者全員が活力を得た一日でした。



## ～キウイ収穫体験祭～

- \*と き 2019年11月16日(土)
- \*と ころ 佐那河内村キウイ果樹園
- \*参加費 103人



「県民と働く者のとくしまフェスタ 2019」の一環として、県民の皆さんが家族やグループで楽しめる「キウイ収穫体験祭り」を行いました。

9月17日(火)から10月15日(火)まで当センターのホームページや電話やFAXで参加者募集を行い、募集人員100名のところ302名の応募がありました。10月16日(木)厳正な抽選を行い115名の当選者を決定しました。

11月10日(土)の当日は、秋晴れの好天に恵まれ、103名(幼児、スタッフ含む)と多くの方が参加されました。

オープニング式では、徳島中央ライフサポートセンター宮本会長から「素晴らしい天気にも恵まれ、キウイもたくさんなっています。けがをしないようにキウイ収穫を楽しんで下さい。」とのあいさつの後、「キウイ収穫体験祭り」が始まりました。

参加者の皆さんは、大きなキウイやたくさん成っているキウイの木の下へ。小さな子どもも一生懸命キウイを摘み取っていました。籠が一杯になると神社の前で持ち帰りのビニール袋にキウイを詰めます。どのキウイを持ち帰ろうかと選別し山盛りにしてキウイがゴロゴロ落ちる人もいました。受付と同時にスピードくじも行い大人も子どもも楽しい一日を過ごすことができました。



また、オーナーの方が、地元で取れた鳴門金時芋を焼き芋にして参加者のみなさんにふるまってくれました。

また、事務局が収穫したキウイは、シングルマザーを支援する会に寄付させていただきました。

### ■暮らしなんでも無料相談■

専門のアドバイザーと連携して、あなたの暮らしを応援します！

ひとりで悩まないで、一緒に解決の糸口を見つけましょう！

◇法律相談 ◇一般相談 ◇金融・保険相談 ◇労働相談 など

TEL 088-623-4105 (徳島中央ライフサポートセンター)

専門のアドバイザーと連携して  
あなたの暮らしを  
応援します  
088-623-4105

法律相談  
借金相談  
労働相談