



地域おこし協力隊通信

岡本尚子 編 第80回



ツリーの飾りつけをしながら交流

こんにちは。移住定住・婚活支援担当の岡本尚子です。昨年の4月に地域おこし協力隊に就任してから、1年が経とうとしています。移住定住支援の活動としては、主に能代バスケットボールコートや喜久水酒造のトネル貯蔵庫などの紹介動画の撮影をしました。また、イオンタウン能代にて移住定住相談会を実施したり、能代市の暮らしを紹介する「のしろ暮らしHOMEROOM」のオンライン配信を行いました。次回のライブ配信は、3月20日(日)の午前11時からです。視聴者プレゼントもご用意していますので、ぜひご覧ください。YouTubeで「のしろ暮らし」と検索していただければ、配信チャンネルが見つかります。チャンネル登録も大歓迎です。

婚活支援では、能代市の婚活に関するリサーチや「はじめましてからのクリスマスツリーをつくらう」、「能代仮面舞踏会」などの出会いイベントを実施しました。また、先月は能代市と株式会社農協観光がZoomを利用して実施した「オンラインdeコイカツ能代」という出会いイベントのサポートも行いました。出会いイベントに関しては今後の新型コロナウイルス感染症の状況にもよりますが、7月頃に北秋田市と合同でイベントを実施する予定があります。こちらのイベントは詳細が決まりましたら、改めて告知する予定です。ご興味のある方は今しばらくお待ちください。

問合せ 人口政策・移住定住推進室 ☎89-2163

このコーナーでは、まちの元気さんを紹介します。



No.109

本人やご家族からの体の悩みの相談  
お待ちしております！

リラクゼーションサロン・  
訪問マッサージ Aiの助

三沢 義将さん(44歳)

●訪問・サロンで市民を癒やす  
令和3年3月に訪問マッサージ、同年11月にサロンを開きました。

主に訪問マッサージを利用される方が多く、8人の先生(マッサージ師)と一緒に、高齢者や障がい者を対象に施設や自宅を訪問して施術をしています。

サロンでは、一人一人に合わせたプログラムを作成し「ボディケアストレッチ」を行っています。部活動に励むお子さんや、働き世代の方々など気軽にお越しただけだと思います。



住所：字機織袴ノ目100-3  
TEL：74-7577 または080-6038-4021

●訪問マッサージとは何か？  
訪問マッサージとは、病气やけがによる後遺症や認知症のほか、障がいをお持ちの方を対象に、自宅や施設へ「あん摩マッサージ指圧師」が伺って施術するものです。主治医の同意があれば、健康保険が適用されます。マッサージのほかに、会話を楽しみにしている人も多くいます。初回無料体験も実施していますので、ぜひ楽しく会話をしながらマッサージを受けてみませんか。

●フレイルに気をつけて

コロナ禍で、マッサージを継続的に行うことが難しくなっています。継続していれば健康を維持・向上できた人がフレイル(健康な状態と要介護状態の中間の状態)になってしまうことがとても不安です。フレイル予防についての情報発信に力を入れていきたいと考えています。

利用者と施術者の手、Aiをイメージしたシンボルです！



●「まだ働ける！」と高齢者が  
元気に言えるように  
少子高齢化が加速する中、能代は一人一人がより長く健康でいられるような地域になってほしいと願っています。そのため、生活の質(QOL)を維持・向上させることが不可欠です。

一人で通院することができない人は訪問マッサージを、サロンに来ることができない人はサロンを利用していただき、元気で頼もしい高齢者を増やしたい。高齢者が「まだ働けるぞ！」と力強く言えるような、環境作りに尽力していきます。



公式ホームページ