

## 皆様のご厚意に感謝いたします。

次の方々から寄付金等が県社会福祉協議会に寄せられました。ありがとうございました。(平成19年12月~平成20年2月)

○大原禎子 様      ○伊地知俊郎 様      ○下池和彦 様      ○匿名希望 様 (お一人)

○住友生命保険相互会社  
鹿児島支社 様



かごしま 365景カレンダーチャリティ募金を  
寄贈された支社長 竹村哲也 様(左)

○鹿児島食品二十日会 様



会員のチャリティ募金を寄贈された  
代表の吉留信也 様(左)、岡村 学 様(右)

○鹿児島県庁囲碁部 様



代表の和田博秀 様(左)、楠原 孝 様(中央)

○鹿児島県電気工事業工業  
組合青年部協議会 様



車椅子を贈呈された  
会長の大野秀幸 様(右から2人目)

○住友生命保険相互会社  
鹿児島支社 様



ブルトップ回収にご協力をいただいた学校の  
生徒代表の皆様

○鹿児島県商工会青年部・  
女性部連合会 様



青年部・女性部連合会 40周年記念大会での  
車椅子贈呈式の様子

## 奄美の島唄・島踊りで健康づくり!!

県社協では「奄美の島唄・島踊り健康づくりプログラム」DVD/ビデオの販売を始めました。

このプログラムは鹿児島県が県民の健康づくりに役立てようと奄美の島唄・島踊りを活用して制作したものです。ご自宅や仲間の方がたとの健康づくり、介護予防体操、病院・福祉施設等でのレクリエーションなど幅広くご利用いただける内容です。是非、この機会にお申込みください。

**運動** 健康増進効果のある島踊りをアレンジし運動効果を高めました。ストレッチ、島踊りの特徴的な動きを取り入れた有酸素運動、本場の踊りを組み合わせています。

**音楽** 癒し効果の高い島唄のメロディーを運動に合うようにアレンジしました。サンシンやチジン、波の音を取り入れ島唄の雰囲気を出しています。

### プログラム内容

- ◇体験編 初めての方も楽しく健康づくりエクササイズ(時間:約5分、曲名:朝花節アレンジ)
- ◇基礎編 毎日無理なく健康づくりエクササイズ(時間:約5分、曲名:朝花節アレンジ)
- ◇ゆっくり編 ゆっくりと楽しくエクササイズ(時間:約5分、曲名:朝花節アレンジ)
- ◇じっくり編 運動量を増やした健康づくりエクササイズ(時間:約21分、曲名:朝花節アレンジ、すばやど節アレンジ、稲すり節アレンジ、六調(カチャーシー・じゃんじゃら節)いきゅんにゃ加那節アレンジ)

DVD、ビデオ、どちらも650円(税込み、解説書付き、送料別)です。

【お問い合わせ先】鹿児島県社会福祉協議会・長寿社会推進センター  
☎099-250-7441 ㊚099-250-7443



(体験編)



(ゆっくり編)

「ふくしのひろば」についてのお問い合わせはこちらまでお願いいたします。

利用支援センター ☎099(257)5700 ㊚099(257)5707 E-mail: TOB46A01@wamnet.wam. go.jp

★この広報紙は、県および共同募金会の協力を得て発行されています。