

環境にもお財布にもやさしい生活にチャレンジ!!

## 「室温設定を低くしても暖かく過ごせます」

エアコンの設定温度を1度下げると、消費電力は約10%も下がると言われています。  
 過ごす時間の長い部屋に、断熱材を入れ、窓に断熱シートを貼ると、室温の変化が小さくなり、省エネにもつながります。  
 また、「四つの首」といわれている、首、手首、足首と「くびれ(お腹)」をマフラーやレッグウォーマー、発熱するインナー! 腹巻・ひざ掛けで温めるのも経済的で効果的な方法です。  
 寒い冬ですが、工夫して体も財布も暖かく過ごしましょう。



地球温暖化防止対策地域協議会・エコナйт (奥出雲町在住しまねエコライフサポーターの会)



未来のために、いま選ぼう。

## 買って守ろう 木次線

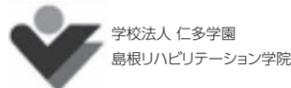


通勤・通学にかかるJRきつぷ(定期券・回数券・普通乗車券など)は、町内の次の駅で購入しましょう。  
 【きつぷについてのお問い合わせ】  
 ■出雲三成駅(営業:7時~16時) 電話:54-11043  
 ■出雲横田駅(営業:7時~16時) 電話:52-11029  
 購入されたきつぷは、木次線の売り上げとなり、路線の維持につながります。

【お問い合わせ】  
 地域づくり推進課  
 有線:31-5264  
 電話:54-2524

※毎月12日は  
 木次線応援の日  
 Support Day  
 この日は、いつものマイカー移動をちょっとお休みして、木次線に乗りましょう。

## 学生ボランティアサークル「園児の椅子」修理



### 学生ボランティアサークルの感想を紹介します!



ボランティアサークル キャプテン 山本涼介さん (作業療法学科2年)

今回、子どもたちの椅子を修理するという貴重な体験をさせていただきました。子どもたちの成長を手助けできればいいなと思いながら取り組ましました。  
 苦労した点は、椅子に使われているものと同じサイズのネジがみつからなかったため、ネジの長さをカットするなどの加工をして対応しました。また、工夫した点は、子どもたちがケガをしないよう、椅子全体とネジにやすりがけをし、すべ防止をしたことです。  
 完成した椅子を子どもたちに渡すときに、笑顔で受け取ってくれ、「椅子を直してよかった」と感じる事ができました。今後子どもたちとの交流などが増えていくことを願っています。

島根リハビリテーション学院のボランティアサークルの活動で、三成幼稚園の子どもたちが、食事の時に使用する椅子を修理しました。  
 椅子の修理に取り掛かるにあたり  
 ・折り畳みができる機能面  
 ・子どもたちがケガをしないための安全面  
 ・幼児の口に触れても安心な衛生面  
 を考慮しました。  
 修理は思うように進まず、難航しましたが、無事に完成し、子どもたちへ届けることができました。



修繕前の椅子



三成幼稚園の子どもたちへ完成品を届けました

この度椅子を直すことで、地域の子どもたちに関わらせていただきました。  
 子どもたちが安心安全に使用することを第一に考え作業を行いました。まず、子どもたちがケガをしないよう、椅子からはみ出したネジを切り取り、その切り口を金ヤスリ仕上げとコーティングをしました。使用したコーティング剤は、子どもの口に入っても安心なものです。  
 そのほか、ネジが外れないように、また、椅子の折り畳みができるように接着加工をしました。完成した椅子を渡した時に、子どもたちが満面の笑みで受け取ってくれたことがとても嬉しかったです!  
 今回の「素材を工夫する視点や」「目的に応じた修理方法」の考え方は作業療法士として重要なので、今後の臨床場面でも活かしたいと思います。



ボランティアサークル サブキャプテン 田中陽南太さん (作業療法学科2年)

## 横田高校 3学期の始業式が行われました

1月11日、令和3年度3学期の始業式が行われました。今回は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、オンラインでの始業式となりました。

式は、校長先生の訓辞、冬休み中に開催された各部活動の大会結果報告、横田高校魅力化ビジョン「四方よしの人づくり」についての話が各教室に配信され、生徒はスクリーンに集中していました。



## 小さな掛金、大きな補償 スポーツ安全保険

保険期間  
 令和4年4月1日午前0時から  
 令和5年3月31日午後12時まで  
 保険内容  
 詳しい保険の内容は、ホームページなどをご覧ください。

4名以上の団体・グループで  
 ご加入ください。

ご加入はインターネット  
 でお手続きが便利です! スポあんネット

- パソコンやスマホから簡単操作! 手書きや書き直しが不要!
- コンビニエンスストアまたは Pay-easy※でスムーズに掛金支払い!
- 傷害事故の通知および内容の履歴や加入手続の履歴が確認可能!

スポーツ安全協会 島根県支部  
 TEL 0852-21-5388 FAX 0852-26-4733  
 電話受付時間 午前8時30分~午後5時15分 (土、日、祝日、12月29日から1月3日を除く)



スポーツ安全保険 検索

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)
子ども (中学生以下)	スポーツ活動	A1	800円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動	A1	800円
大人 (高校生以上)	スポーツ活動 (指導・審判を含む)	C (64歳以下)	1,850円
	●A2区分で対象となる活動も補償されます。	B (65歳以上)	1,200円
全年齢	文化活動 ボランティア活動 地域活動	A2	800円
	準備・片付け・応援・団員への送迎	A2	800円
子ども (中学生以下)	危険度の高いスポーツ (指導・審判を含む)	D	11,000円
	ワ(個人活動補償型)	A1	1,450円
大人 (高校生以上)	区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	AW	1,450円
	区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	CW (64歳以下 WEB加入限定)	4,850円
大人 (高校生以上)	区分の補償となる団体活動に加え、個人活動も対象	BW (65歳以上 WEB加入限定)	5,000円

※特別支援学校高等部の生徒を含みます。年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。(注)C・B・CW・BW区分の年齢の判断は「令和4年4月1日」を基準とします。

本広告はスポーツ安全保険の概要を掲載しており、ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」及び「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款及び特約書によりますが、ご不明の点については(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)へお問い合わせください。

〈引受幹事保険会社〉  
 東京海上日動火災保険株式会社 ☎0120-233-801  
 担当課 公務第2部 文教公務室 (平日9:00~17:00)

〈共同引受保険会社(令和4年4月予定)〉  
 あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保