

とやま労福協

■発行所／(社)富山県労働者福祉事業協会 〒930-0857 富山市奥田新町8番1号 TEL076-431-0539 FAX076-431-0510 ■発行責任者／宮本久雄・編集者／青木真佐美



富山労福協第29回 親子スキー・スノーボードの集いに339名参加

2009年2月14日(土)あわすのスキー場にて「労福協第29回親子スキー・スノーボードの集い」を開催しました。今年は異例の暖かさで前日は春一番を観測し、雪不足が心配されました。当日は朝から雨が降り、また雪不足とコンディションが大変悪い中にもかかわらず、339名が参加されました。

開会式では労福協を代表し、宮本専務が挨拶し、スクールごとのインストラクターの紹介をした後、各スクール別に集合し、準備体操から始まりました。インストラクターの指導により、それぞれのクラス別では一生懸命滑ってぐんぐん上手になっていました。特に、幼児から小学生はキッズパークに乗って緩やかな坂を滑り楽しんでいました。昼食時には、おいしそうにカレーライスと豚汁を堪能し、冷えた身体を暖めていました。



午後の部に行う予定の子供対象スラローム大会は雪不足のため、ポールが設置できずに、各自滑ったところで参加賞のお菓子を渡しました。終了後もリフトが動いている間、みんな思う存分滑ってスキーを楽しんでいました。

今年はいにくの天気でしたが、けが人もなく、無事終了しました。皆さんお疲れ様でした。

来年は雪がたくさん降ってくればいいなあ・・・。



第1回健康づくりセミナー開催

2009年2月5日(木)午後1時30分から、ボルファートとやま3階「ダイヤモンド」において、第1回健康づくりセミナーを開催しました。

今回は講師に、日本エステティック業協会認定 インターナショナルエステティシャン 宮 美智子さんを迎え開催しました。参加者18名が第1部では、血液のはなし・冷え度チェックについて、第2部では、実際にリンパマッサージを体験しました。血行が悪いと、肩こり・腰痛・頭痛を引き起こし、また生活習慣病につながります。また、リンパ液は静脈の流れに並行しリンパ管に流れています。リンパ液は「心臓の収縮」や「筋肉の収縮作用」によ



って流れるので、同じ姿勢・動作ではリンパ液は流れず、むくみの原因になり、身体に色々サインが出てくるとのことでした。

また、冬場の大敵は「冷え」です。冷えにより血行が悪くなり、リンパ液の流れも悪くなります。

改善はまず、睡眠時間をできるだけ確保し、適度な運動する。バランスの良い規則的な食事を心がけることが大切だと感じました。

また、女性は特に色々な症状に悩んでいる人が多く、女性が気軽に相談できるセミナーも企画してほしいとの声がありました。

2009 ライフプラン支援セミナー開催

50代から考える生活設「2009 ライフプラン支援セミナー」を開催しました。

・高岡会場	2月8日(日) 9:00~12:00 高岡商工ビル 5階「502号室」	参加者14名
・砺波会場	2月8日(日) 13:30~16:30 南砺市福野産業文化会館 2階「市民教養室」	参加者8名
・富山会場	2月15日(日) 13:30~16:30 ボルファートとやま 8階「804号室」	参加者17名

第1部 「厚生年金等」(“夫婦で知っ得”年金制度)

講師 北陸労働金庫富山県本部
お客様サービスセンター富山店長 津幡 亘 氏

第2部 「継続雇用制度と賃金」

講師 社会保険労務士 岡野 満 氏

第3部 「定年準備のためのライフプラン」

講師 全労済富山県本部事業推進部長 松井 和夫 氏

また、ボランティア活動のすすめとして富山県社会福祉協議会より活動紹介がありました。



みなで力を合わせて
加入しよう

連合富山「ゆとり積立」預金

成年後見制度概要講習会開催

2009年2月22日(日)ボルファートとやま3階において「成年後見制度概要講習会」を13時から開催しました。

昨年開催しました、「市民後見人養成講座」の中で、今回は「成年後見制度」についての概要研修会を行いました。介護保険制度とともに2000年4月に発足した成年後見制度ですが、まだまだ知られていなく、これから老いていくにあたり、この制度の役割を理解するためにより多くの市民のかたに受講していただければと開催しています。

「成年後見制度概論」

講師 特定非営利活動法人ワーカーズコープ
理事 大塚 肇 氏

「法定後見制度の実務」

講師 社団法人 成年後見センター・
リーガルサポート富山県支部
監事司法書士 山本良二氏



多重債務の未然防止と救済研修会開催

2009年2月24日(火)ボルファートとやま4階において「多重債務の未然防止と救済研修会」を16時から開催しました。

多重債務による借金で苦しみ悩みを抱えているという人たちは依然として多く、予備軍を含めると200万人いると予想されています。昨年に引き続き今回は富山県の後援をいただき「多重債務の未然防止と救済」をテーマに研修会を開催しました。

講師には富山県司法書士会 相談事業部長の大島徹也氏を迎え、35名の参加者が「多重債務に陥らないため～安易な借入 重い返済～」のDVDを観ながら、講師から「多重債務に陥るさまざまな社会背景とヤミ金などの危険な勧誘実態」等の講演を受けました。また、多重債務の整理方法など救済策についても具体的な説明を受けました。

