

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える、地域のチカラ

# 第70回「社会を明るくする運動」

「ご存じですか？」

「社会を明るくする運動」

「社会を明るくする運動」とは、全ての方々が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深めながら、力を合わせて犯罪のない明るい地域社会を築こうとする全国的な活動のことで、法務省が主催するものです。活動は年間を通して実施されていますが、毎年7月を強調月間としています。

私たちが

この運動を支えています

地域の中で、罪を犯してしまった人と社会とを温かい心で結び、その立ち直りを支える役割を担っているのが、東海保護司の会と東海村更生保護女性会の皆さんです。

東海保護司の会は、保護観察対象者の指導や帰宅先の環境調整等を行うボランティアです。現在、村では9人が活動しています。東海村更生保護女性会は、女性としての立場から、地域の犯罪予防活動や更正支援を行っているボランティア団体です。現在、村では多くの会員が活動しています。

もっと多くの方に知ってもらうために

村では、東海保護司の会、東海村更

生保護女性会、

東海村人権擁

護委員で組織

する「社会を明

るくする運動

東海村推進委

員会（代表・山

田修村長）が、

啓発活動に積極的に取り組んでいます。

今年度は、村内の小中学生を対

象とした、いじめや非行をテーマと

する「社会を明るくする運動作文コン

テスト」や、村民の皆さんへの、活動

に関するリーフレットの配布等を行

う予定です。

私たちが一人ひとりに

できることを…

犯罪や非行のない明るい東海村を

実現するためには、地域の皆さんの

ご理解とご協力が不可欠です。どう

して犯罪や非行が起きてしまうのか、

立ち直ろうとする人を地域で受け入

れ、支えるためには何が必要なのか

を考え、安全・安心な暮らしの実現の

ために、できることから始めませんか。

【問い合わせ】

福祉総務課地域福祉推進担当

(☎282局1711 内線1138)



肩の痛みの  
予防  
VOL.02

## 体操

## シルバーリハビリ

いつでも！どこでも♪

やってみよう！

筋力の維持に加えて、肩痛・腰痛・膝痛などの予防にも効果的な「シルバーリハビリ体操」。毎月10日号に、東海村シルバーリハビリ体操指導士会の指導士の協力による、自宅でできる体操をご紹介します(全7回)。

第2回目は、簡単にできる「肩の痛みの予防」についてです。皆さんぜひ、ご自宅で実践してみてください。

【問い合わせ】地域包括支援センター(☎287-2516)

### 肩関節をやわらかく保つための運動

【ポイント：ゆっくりと大きく回しましょう】

手のひらを常に内側(顔や頭の方)に向けた状態で、肩を左右および前後方向に、ゆっくりと大きく回す。※手のひらを内側に向けることで、肩関節をスムーズに大きく動かすことができます。

(参照)「介護予防のためのシルバーリハビリ体操」/ 発行 茨城県長寿福祉推進課 / 制作・監修 茨城県立健康プラザ

