

にゅーすれたー

昭和のにほい

誰かに話したくなる

井戸端かいぎ

令和 7 年 7 月号

発行：一般社団法人 日本ケア・トランポリン協会



田川市在住の中島スビツラナ インストラクターが
NHK ワールド JAPAN（国際放送）で紹介されました。

（ウクライナ出身）

YouTube リンク先 ⇒



田川市への恩返しのために・・・

中島スビツラナさんは 10 数年前、田川市内で日本人の配偶者と結婚し家庭を築いて、日本の在住となりました。

しかし、母国ウクライナには両親と妹夫婦が暮らしており 2022 年 2 月のロシアによるウクライナへの軍事侵攻が始まると 2 歳の幼子を抱えた妹家族の事が大変心配になり、居ても立っても居られないようになりました。

そこで家族が離れることは辛いことですが、妹のカテリーナさんに姪のアナスタシアちゃんを連れて自分の住んでいる田川市に避難して来てはどうかと提案をしたそうです。

その後、田川市に避難してきた妹さん親子には、福岡県や田川市などの公的機関や、様々な民間法人、また個人の方々などから本当に多くの温かい、ご協力やご支援が寄せられました。

おかげさまで妹さん親子は、田川市内で身の危険にさらされる事も無く安心して穏やかな日常生活が送れるようになりました。

姉の中島さんも、このような妹さん親子に対する地域の皆様のご支援に大変感謝しており、その感謝の気持ちを何らかの形でお返ししたいと強く考えるようになったそうです。

そこで、お世話になった田川市民の皆様のお役に立ちたいという気持ちから、現在は、皆様の健康づくりのために姉妹でケア・トランポリン教室のインストラクターとなって、日々、参加者の皆様に元気をお届けしたいと精一杯頑張っています。



写真は中島さんご家族



写真は妹のカテリーナさんと
姪のアナスタシアちゃん



姉妹でインストラクター認定証を取得

中島スビツラナさん談・・・

「人間は何もかも心から始まります・・・

皆さん、色々な話しをして教室を楽しくしています。

ケア・トランポリンは強い身体をつくるだけ

ではなく心のリハビリにもなります。

これからも気持ち（御恩）をお返ししていきます・・・。」



VOICE

今号の参加者の声(VOICE)では豊前市在住の川口さんのお声をお届けします。



川口容子さん(77歳)



豊前市総合福祉センター

手の震え(本態性振戦)が改善!!

Q: 何年目のご参加ですか?

A: 2年目です。

Q: 参加のきっかけは?

A: 以前から、広報等でケア・トランポリン教室のことを知り、健康のために良いのではないかと興味を抱いていました。令和6年度の市の募集を見て思い切って応募してみました。

Q: どんな変化がありましたか?

A: 本態性振戦と言う手足が規則的に震える症状がありましたが、ケア・トランポリン教室に通い初めてから血行が良くなり、今まで冷たかった手足がぽかぽかと温かくなって、握力も増して物がしっかりと握れるようになりました。

また、今まで苦労していた階段を下る動作も、スムーズに片足ずつ脚を出せるようになりました。

Q: どんな点が楽しいですか?

A: すべてが楽しい。インストラクターの先生や皆さんとの会話、音楽にあわせて手拍子や3、4の掛け声をするのも楽しいです。

Q: 体力がついた実感はありますか?

A: 当初はジャンプが出来なかったが、頑張っで出来るようになった。体幹がしっかりした感覚があり、踏ん張りが利くようになった気がします。

Q: 最後に一言どうぞ

A: 運動前のストレッチ体操もとっても楽しく大好きです。無理なくマイペースで出来る運動なので、これからもずっと継続していきたいと思います。