

町長が走る!!¹¹

今年も卓話集会を開催

「5年後 10年後の健康を考える」



▲馬場地区にて行われた卓話集会

なぜ健康が大事なのか

今回の「卓話集会」のテーマは『健康』であります。皆さんは健康ですか？私の前職は医者ですが、毎年、健康診断の結果は気になります。健康であるために皆さんは何かしていますか？

健康であれば好きなことができます。いろいろなものが食べられます。ところが病気になる、働けなくなると楽しいことができなくなる、働けなくなる、さらに医療費の負担も増えます。なぜ健康が大事なのか。このことを真剣に皆さんに考えていただきたいのです。

今年度の第1回目は「5年後10年後の健康を考える」なぜ健康が大事なのか？をテーマに「卓話集会」を開催しています。

高齢化が急速に進む中、若い人は若いうちから、高齢の方も今からでも『健康』について真剣に考え、取り組んでいくことが、将来の健康な地域を支えていくことにつながります。

皆さんの声をお聞かせください

いつまでも健康でいることができるよう、多くの皆さんと直接お話をし、より良い解決策を探していきたいと考えておりますので、皆さんのご意見をお聞かせください。

今月は下表の地区

で開催します。すでに実施済みの地区もあります。これから実施する地区の皆さん、ぜひ、お誘いあわせの上ご来場ください。(地区ごとの開催日・会場等は回覧などお知らせいたします。)

卓話集会日程表(7月)

地区名	開催日	時間	会場名
台町	7月5日(木)	午後6時30分～	台町会館
黒岩	7月13日(金)	午後7時～	黒岩公民館
西小磯東	7月14日(土)	午後6時30分～	西小磯東老人憩の家
月京	7月19日(木)	午後7時30分～	月京会館
生沢	7月21日(土)	午前10時～	生沢会館
神明町	7月21日(土)	午後1時30分～	ふれあい会館
石神台	7月26日(木)	午後1時30分～	石神台会館

◎問い合わせ

大磯町長 中崎 久雄
政策課 内線206

予防に勝る対策なし!!

今日から出来る介護予防

「高齢者ちいきの集い」研修会

いつまでも自分らしく生き生きとした生活を送ることができるよう、介護予防のため、また高齢者ちいきの集い(地域ごとの活動やご近所間でのお茶会など)活動を推進するため、下記日程で研修会を行います。

▼対象者 「高齢者ちいきの集い」に関心のある方、地域住民グループのボランティアの方

▼ところ 福祉センターさざれ石
▼申込み 7月18日(水)まで
▼参加費 無料

日時	内容	講師
7月25日(水) 13:30~15:30	認知症を知ろう	大磯町地域包括支援センター 岩本 朋子氏
7月27日(金) 13:30~15:30	今求められる、地域のふれあいとは	さわやか福祉財団 木原 勇氏
8月1日(水) 13:30~15:30	楽しく学ぶ健康体操	健康運動指導士 大久保 桂子氏

8/1は飲み物・タオル(手ぬぐいサイズ)持参、動きやすい服装でご参加ください。

介護予防・健康づくり自主活動

行う団体を支援!!

「高齢者ちいきの集い」を行うグループの活動に対し、助成します。

▼交付金額 初年度3万円、2・3年目年額1万円

▼交付要件 次のすべてに該当すること

・閉じこもりがちな高齢者や虚弱な高齢者を積極的に受け入れること。

・活動は前述の高齢者がおおむね5人以上参加し、年3

回以上行うこと。

・町、町内会、社会福祉協議会から委託金や補助金を当該年度に受けていないこと

・「高齢者ちいきの集い」研修会に2回以上複数名で参加していること。

※当該年度終了後に活動内容についての報告が必要となります。

◎問い合わせ・申込み
福祉課 内線316