

高齢者の暮らしを応援！

地域包括支援センターだより

有田川町地域包括支援センターでは、介護予防などの相談に応じています。

直通(金屋庁舎) ☎32-5102

(清水行政局) ☎25-1269

おたっしゃさ～ん！

～これからも現役！いつまでも現役！～

勝丸トシヨさん (80歳)



2年前から足腰が弱り、床からの立ち上がりに困っていたという勝丸さん。尾中区で始まった「いきいき百歳体操」に通い始めて3カ月後、手すりがなくても立ち上がれるようになりました。それから半年たった今も、体操には休まず通っています。

体操のあとは、水分補給と称しみんなでワイワイお茶をします。「ここになら歩いて来れる」「ここに来たら皆とおしゃべりして楽しい」と素敵な笑顔で勝丸さん。

そんな勝丸さんに、普段の生活を聞きました。「朝起きたら家族みんなの洗濯をして、ご飯を作って、仕事して…」。

他のみなさんもフルタイムで働いていたり、みかん農家だったり、大変忙しくしているそうです。“毎日忙しく、することがある。”これが、尾中体操グループの若さと笑顔と元気の秘訣のようです。



上写真＝勝丸さん(写真下段右から2番目)と、尾中区で一緒にいきいき百歳体操に取り組む皆さま

下写真＝尾中区でのいきいき百歳体操の様子

認知症と共に生きるまちづくり2018 活動報告

平成30年9月、地域交流センター「ALEC」で開催した「認知症と共に生きるまちづくりイベント『認とも2018』」の活動報告のため、実行委員会を代表して守友孝文さんが中山町長を訪問しました。

町長からは「町としてこれからも協力していきます」と話があり、認知症になっても安心して暮らせるまちの実現に向け意見交換を行いました。

