

かほちや通信

後援会だより
かほちや通信第62号

●久田よしあき後援会事務所
〒472-0017
知立市新林町新林1-2
TEL 0566-81-0218



元気を視察して

今回は、新林町公民館にて活動している元気会をご紹介します。

本会は平成19年6月に発足し、丸5年が経過しました。

会の主目的は、認知症の防止・転倒予防です。毎回、片足立ち・握力・血圧が測定され、一年間データをとります。これに基づき、個人的に健康相談を受けることができます。介護保険を利用しないような健康作りに、積極的に活動しています。

活動の内容は、午前が、健康相談・血圧測定・握力・片足立ち測定・大笑い・合唱・体操、午後が、昼食・健康講話・ビデオ・談話・ゲーム等となっています。参加者は毎回、昼食代の負担のみで、気軽に参加できます。

会の運営は、ベテランの保健師・ボランティアによって行われているので安心して参加できます。現在登録参加者は26名で、毎回ほぼ全員出席されます。元気会に参加することによって、介護保険にかからない、自立に向けての意欲が高まります。また、スタッフの皆さんは「参加者の人が一日気持ちよく過ごしていただけるよう心がけている。」とのことでした。

閉じこもりの高齢者を一人でも少なくする元気会、これからも応援したいと思います。合わせて市内には他にも宅老所、高齢者サロンがあります。これらにも全力で応援したいと思います。



知立市議会議員
久田よしあき



スタッフの指導により体操をする参加者



参加者とスタッフで楽しい食事会