

平成30年度

第1回 地域ふれあい元気づくり楽校

◎日時:平成30年10月25日(木)午前10時～11時45分

◎会場:アオウゼ 大活動室1

◎参加者数:48名



健康福祉部長あいさつ

地域のお宝である元気高齢者が、通いの場づくりや生活支援の担い手として活躍されることを期待しています。

今日は、首の体操を
やってみましょう！！

いきいきももりん体操の紹介

福島市で110団体、2,000人以上の方が取り組み、心身共に元気になったと報告があり、健康づくりや地域づくりとしても効果が大きいです。



「元気高齢者の地域づくり」 シニアライフワーク研究会



シニアライフ・ワーク研究会
代表 山田 義夫 氏

～高齢者を取り巻く現状やスポット就労
などに取り組む先進地の状況について～

元気シニアを地域に取り込み、シニア世代が中心となり、官民一体となって高齢者の居場所づくりや活躍できる機会を整備していく必要性について、お話がありました。

参加者の皆さんは、熱心に聴講されておりました。2回目からの楽校では、健康長寿の秘訣を学んでいきます。



同研究会 宮田 元子 氏



同研究会 村田 正弘 氏