

庄野貯筋クラブ 平成 29 年 4 月設立 (浦田照子代表)

足が上がりやすくなり、体も軽くなったような気がします。

参加者の中で最高齢 91 歳の浦田ヨリ子さん。畑仕事やグラウンドゴルフの練習など、忙しい毎日ですがかかさず出席されています。



集いの場での
**いきいき
百歳体操**
取り組みの様子

百寿体操クラブ 平成 29 年 4 月設立 (土谷八洋代表)



この日は体力測定。握力や開眼片足立ち、5秒歩行速度などの項目を測定します。



だんだん片足立ちも長くできるようになりました。
(山口フジエさん)



以前は左ひざの痛みで毎月注射を打っていましたが、2か月以上は注射をせずにすんでいます。
(土谷鈴子さん)

支えあおう会鷹島阿翁老人会 平成 29 年 1 月設立 (吉田彌徳代表)



会の名前は「支える」「阿翁」「サ、エさんのように元気になろう」と命名されました。名前の由来である澤邊サ、エさん 89 歳 (右側白い服の女性)。体力測定でもきびきびと動かれ、周囲が驚くほどお元気!

楽しくおしゃべり



みんなに会えるので毎週楽しみ。来ないと心配して電話をくれるんですよ。
(松本ヤスさん)



みくりや駅前元気カフェ

平成 27 年 3 月設立 (中山誠基代表)



入口の看板は浦開一さんが書かれたもの!

松山田あやめ会

平成 29 年 2 月設立 (村田アツ子代表)



木場元気塾

平成 29 年 5 月設立 (今村修一代表)



膝の痛みで通院していますが痛みが軽くなりました。
(松本榮四郎さん)

足の筋肉がついてきた気がします。
(末竹ミユキさん)



以前より座るのが楽になりました。
(前田チエ子さん)



介護予防に関するご相談

◆ご相談は地域包括支援センターへ

介護予防・日常生活支援総合事業は、高齢者が誰かの生活を助けけるなど、高齢者の役割と社会参加できる機会を増やす仕組みになっています。

役割を持つて生活することは、生きがいのある生活につながります。地域包括支援センターは、高齢者の皆さんがいつまでも住み慣れた地域で生活できるように支援するための機関です。介護予防・日常生活支援総合事業に関する相談以外にもさまざまな支援を行っていますので、お気軽にご相談ください。

○総合相談：介護や福祉、医療、健康づくりに関すること

○高齢者の権利擁護：高齢者の人権や財産を守るための成年後見制度の紹介や虐待の早期発見・防止

○包括的・継続的な高齢者への支援：高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるために、主治医と介護支援専門員の連携や在宅と施設の連携など、個々の状況や変化に応じた継続的な支援

○介護予防事業：要支援1・2と認定された人や介護予防が必要な人への支援

○さまざまな機関とのネットワークづくり

○地域ケアマネジャー支援

問合せ先 Ⅱ 長寿介護課長寿支援係

(地域包括支援センター) ☎ 内線176

「敬老の日」に寄せて

敬老の日を迎えるにあたり、松浦市民を代表して、皆様のご長寿を心からお慶び申し上げます。

戦後72年を迎えた今、皆様が進んで来られた長い年月には、言葉では言い表せないご苦労があったことと存じます。

今日の我が国の平和と繁栄は、皆様お一人おひとりのご努力の賜物であり、改めて心から敬意と感謝を申し上げる次第であります。

私達の松浦市も、戦後の石炭産業の隆盛と衰退など波瀾万丈の歴史を辿って来ましたが、その時々において常に皆様の血の滲むようなご努力があったのでございます。

今、松浦市は、豊かな自然とともに、農林水産業、商工業、エネルギー関連などバランスがとれた安全な街として一目を置かれるようになっておりますが、他の地方都市と同様に人口減少に歯止めがかかるまでに至っておりません。

これからは、産業の活性化とともに子育て環境、教育、福祉・医療の充実を図り、誰もが「住みたい、住み続けたいまち まつうら」の実現を目指してまいりたいと思えます。そのためには、皆様の培ってこられた豊富な経験と知識を大いに発揮していただくことを願っております。

結びに、皆様の末永いご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、お祝いの言葉といたします。



平成29年9月

松浦市長 友広 郁洋