

100歳 元気プロジェクト

~No.1~

高齢期になっても自分らしく元気に暮らそう

加齢による老化は、だれにでも等しく起こります。何もしないままでは、さらに身体の機能低下を起し、寝たきりなどにつながるおそれがあります。

何歳になっても住み慣れた地域で、自分らしく生活するためには何が必要でしょうか。今回は高齢者がますます元気に安心して生活するための支援をご紹介します。

「地域の人が主役」の介護予防の拠点づくり

介護サービスは、介護が必要となる時になくてはならない支援の1つです。しかし、介護が必要にならないようにする、介護予防も大切です。介護予防は、だれかに言われて行うのではなく、自分自身で、友達同士で、地域の人と一緒に、どのような取り組みができるかを考えていくことがポイントです。

町では、「地域の人为主体・主役」の介護予防拠点としての介護予防教室や、百歳体操を用いた地域の通いの場を継続支援し、今後は各町内会に1カ所の拠点の創出を目指します。



介護予防事業の紹介

◆介護予防教室

(現在6町内会、1団体で開催)

各町内会を単位として、公民館などを活用した介護予防教室の開催について助成を行います。活動の運営等は各町内会が主体となります。活動内容などについては問い合わせください。

▼対象要件/週1回以上もしくは月1回開催する町内会等

◆いきいき百歳体操を用いた通いの場づくり

(現在19カ所で開催)

町内会の公民館など歩いて通える場所を活用し、週1回もしくは週2回の体操を実施する団体へ、体操DVDの無償配布や事前説明会、体力測定などの支援を行います。

▼各団体に準備するもの/テレビ、DVDプレイヤー、背もたれのあるイス

▼問い合わせ/

舟形町地域包括支援センター

☎(32) 8762



平成30年度

舟形町成人式

新成人の笑顔

8月14日、今年の新成人50名を対象とした舟形町成人式が、舟形町中央公民館を会場に開催されました。

会場には43名の新成人が集い、久しぶりに再会した恩師や旧友たちと、写真撮影や思い出話に花を咲かせました。

式典では、森富広町長からの式辞や、恩師からのほなむけの言葉のほか、小学校6年生時に書いた家族新聞(山形新聞社主催)が新成人一人ひとりに返還され、当時は思い返しなから和やかな雰囲気でした。

参加した新成人を代表して、西尾浩暉さん(長者原)が誓いの言葉を述べ、新成人たちは大人になるという責任と自覚を改めて感じているようでした。

式典終了後は、成人式実行委員会主催の現況報告会が行われ、それぞれの現在の職業や将来の目標についてなど、話が弾んでいました。



恩師と一緒に

現況報告会の様子

母校旧富長小にて

母校舟形小にて