

介護予防で心と身体 いきいき!

町では、元気な高齢者を増やすため各種事業を推進しています。今回は、「いきいき百歳体操」と「虹カフェ」をご紹介します。

「いきいき百歳体操」

いきいき百歳体操は、寝たきり高齢者を減らそうと考案されたもので、どなたでも簡単にできる体操です。虹のプラザで定期的に行われていますので、日頃の運動不足や地域の仲間づくりにぜひご活用ください。



虹カフェ

閉じこもりを予防し、元気な方を増やすためのカフェを開設しています。年齢・性別問わず、出入り自由ですので、どなたでもお気軽にお越しください。また、健康や介護などに関する相談コーナーを設けていますので、お気軽にご相談ください。

なお、現在は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容を一部変更して開催しています。



◆ 「いきいき百歳体操」と「虹カフェ」の開催日はお知らせ版でご案内しますのでご確認ください。

■ いきいき百歳体操・虹カフェに関する問い合わせは
保健福祉課 福祉グループ 介護保険担当 Tel. 35-2111 (内線132)



百歳寿賀

100歳おめでとうございます

新年を迎え、数えて100歳となった方に、町から賀詞と祝い金10万円が贈られました。大石田町で今年めでたく数えて100歳になったのは大正11年生まれの4名の方です。

4名の皆さんには、1月22日(金)に村岡町長から賀詞が手渡されました。大変おめでとうございます。これからも元気で過ごしてください。(施設に入所している方は、転居前の地区を掲載しています。)



加賀フジエさん
(新町)



阿部 富治さん
(岩ヶ袋)



工藤 ミキさん
(海谷)



大場イシヨさん
(小菅)