

北地域まちづくり新聞

かわら版

第64号

2018.3.1

(発行) 大口町北地域自治組織 (協力) 大口町 地域振興課

認知症にならないために、第3回福祉の集いを開催

1月27日(土)、健康文化センター4階 ほぼえみホールで、第3回福祉の集いを開催しました。今回のテーマは、「認知症にならないために」。

最初に、地域包括支援センター井上健さんから、地域包括ケアシステム(地域全体で見守りをしていく仕組み)についてのお話があり、続いて保健センター保健師松井昌子さんからは、「認知症は予防できる」をテーマにお話をいただきました。



▲平知恵美さんによる健康体操
に会場全体でチャレンジ!

認知症予防に必要なことは、適度な運動、バランスの良い食事、人との関わりや環境です。

実は、生活習慣病予防と同じことをすることで、認知症予防ができるのです。



▲左 松井昌子さん
右 井上健さん

その後は、河北地区の健康推進委員 平知恵美さんによる脳を活性化させる体操を皆さんでおこない、最後は外坪合唱団の皆さんと一緒に会場全体で「バラが咲いた」や「ブルーシャトー」といった懐かしの歌を歌いました。

現在、高齢者の約7人に1人が認知症ですが、2025年には約5人に1人が認知症になると言われています。ですが、脳を活性化することが、認知症予防や認知症を遅らせることにもつながります。体を動かし、心がワクワクドキドキするような「元気脳づくり」をしていきましょう!



▲外坪合唱団の皆さんと一緒に合唱

私たちは、大口町北地域自治組織とともにまちづくりに取り組んでいます。

堀尾史蹟顕彰会

4/1 金助桜まつり・出発式・堀尾社例大祭

お問い合わせ 顕彰会事務局 95-3121



LOKUMA
OPEN POSSIBILITIES

「ものづくりで可能性を切り拓く」ということ。

各区長の皆さんと意見交換を行いました

1月19日（金）に北地域内の各区長の皆さんと、3回目になる意見交換会を行いました。そこでは、「北地域自治組織あり方検討委員会」の状況報告や各部会の事業報告のほかに、意見交換も行いました。

《実際に出了意見》

北地域自治組織の役割や役員がどういうものかしっかりと理解できていない。【区長】

北地域自治組織は、規約により各地域から理事3人、地域委員10人を選出してもらい、任期2年（再任あり）で活動している。また、会員は地域内全住民となっている。そのため、北地域内を中心に“安全で安心な住みよい北地域”を意識して様々な事業に取り組んでいる。【北地域自治組織】

（設立経緯や経過、役割など、大口町役場 HP に掲載しています！ぜひご覧ください！）

区長が行う業務の中に土木や防犯等の要望があり、先日終わった。北地域自治組織も北地域全体を見ていることから、町へ報告や要望の検討段階では、区と自治組織間で情報共有できると、町へ伝えるべきことがより伝えられるのではと感じた。次年度担当される区長への引継ぎ事項に加えたい。【区長】

防災コラム：町指定以外の場所へ避難した時 にすることは？



東日本大震災や一昨年の熊本地震のような大災害では、指定避難所以外の場所にも多くの方が避難されます。しかし、町では指定避難所以外の場所については把握ができないので、そのままでは水・食料・物資・情報などは届きません。そのため、指定場所以外の避難者が協力して、お近くの指定避難所などへ「〇〇に××人が避難している」等の情報を提供する事が必要です。

それでも、災害発生後しばらくは、町の支援が十分とは限りません。その場合は、水・食料・物資の調達や情報の収集・伝達は、集まった避難者が協力して行う必要があります。

