

令和2年度 いきいき！地域づくりによる 介護予防活動表彰

コロナに負けず
目指せ！健康寿命！



地域で健康づくり活動に積極的に取り組む個人・団体を表彰しています

【個人の部】いきいき元気で賞

□90歳以上 □週1回の住民主体の通いの場に通っている方 □継続して3か月以上「めじろん元気アップ体操」に取り組まれている方

【団体の部】いきいき地域で賞

□週1回の活動の中で、地域づくりに発展している通いの場(例.子ども世代や老人施設等と交流、防災活動 等)

①亀川四の湯町1区ふれあい会

「いきいき地域で賞」受賞しました！

取り組み開始時期：平成30年8月～
1回あたりの参加者：平均12人

現在、コロナ禍で中止中ですが、めじろん元気アップ体操はもちろん、「七夕まつり」や「餅つき大会」などの自治会・公民館活動も積極的にふれあい会として参加している。地域の子どもたちにも声かけしているため、親世代の若い人たちも参加しています。

②新別府さわやか会

「いきいき元気で賞」受賞しました！



③亀川四の湯1区めじろん元気アップ体操

「いきいき元気で賞」受賞しました！



④立田町公民館健康教室

「いきいき元気で賞」受賞しました！



カラオケ教室は10年以上前から毎週開始している。卓球教室もしており、「体を動かし、みんなと笑えるのが楽しい」と話してくれました。



⑤上人南公民館健康教室



ここ上人南公民館は1階で通いやすいため、他の運動教室に行けなくなっても、ここには通いつづけることができている人もいます。「体操は家でもできるけど、ここに来てみんなと会話することが楽しい」と話してくれました。

「いきいき元気で賞」受賞しました！



軽い運動・強い運動と選べるため、自分のペースに合わせてできます。



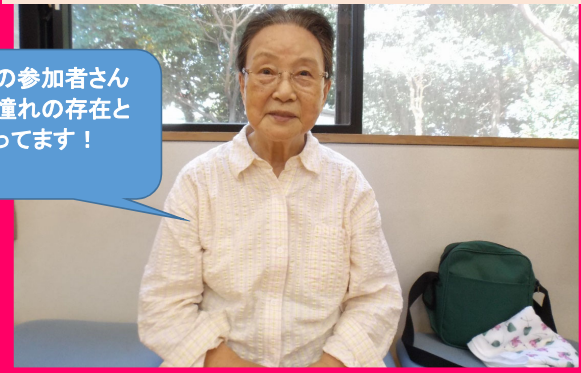
⑥鶴見町公民館清風クラブ



自治会で文化祭(発表会や展示会)を開催しており、また毎月誕生会も開催しており、会話が楽しめる場にしたいと話してくれました。

「いきいき元気で賞」受賞しました！

他の参加者さんの憧れの存在となっています！



～みんなでつくろう！健幸のまちべっぴん～

【住民主体の健康づくり活動】

県や市では高齢者が住み慣れた地域で健康に過ごせるよう住民主体の通いの場づくりを推進しています。週に1回、歩いて通える範囲に集まり、めじろん元気アップ体操など(健康づくり)を実施する希望団体がいましたら講師(リハビリ職・歯科衛生士・栄養士等)派遣が可能です。下記までご相談ください。

問い合わせ先: 令和3年3月まで 別府市高齢者福祉課 0977-21-1463
令和3年4月から 別府市健康推進課 0977-21-2188