

超高齢化社会で、ひとりひとりができること ～健康寿命を延ばしましょう～

自分が長く健康でいることは、他の全ての人のためでもあります
心身共に健康でいるには、地域とつながりを持つことが大切です
西中地区では、多くの住民主体の活動が行われていますが、
そのほんの一部をご紹介します



よりきど健康体操教室

毎週 水曜日
寄木戸南公民館

体操は9時30～11時
買い物は11時～12時



NP0法人よりきど暮らしの会の活動です
介護予防体操の後に、スーパーまで送迎を
行っています。買物した荷物も自宅まで届
けてくれます※無料体験有（年会費・1000円）

寄木戸どじょうクラブ



水生生物の保護と環境整備を通して、
元気な地域づくりに貢献しています
田んぼの畔や池にはハヤ、メダカ、ドジョウ、フナ、
ヤゴ、タニシ等の様々な水生生物が住んでいますよ

16区「元気99」

99歳まで「元気」に生きること
を目標に、地域住民参加型の活動しています
昨年冬には、皆さんで植えたサツマイモ
の収穫祭を行いました



↓↓これらの活動について、ご興味があれば下記までお問合せください↓↓

編集後記 

きずな通信では、こんな活動があったら助かる、
こんなささえ愛が欲しいなど、情報をお待ちしています。
お気軽にご連絡ください。お待ちしております！

本紙掲載の写真は新型コロナウイルス感染拡大前に撮影されたものも含まれています

お問い合わせ

事務局：大泉町社会福祉協議会
〒370-0523 大泉町吉田2465
電話 0276-63-2294
生活支援コーディネーター
sc@oizumishakyo.or.jp