

むかいまち NEWS

令和6年9月発行 第44号
向町地区コミュニティ推進会議
会長：浅井 真
事務局：向町地区集落支援員
☎ 43-2350

いい汗かいてますか!?

百歳体操 各公民館等で開催

現在、向町地区では、上満沢、十日町、黒沢、本城、向町一区、月楯で週一回から二回、百歳体操を実施しています。百歳体操はゆっくりとした動きではありますが、かなり筋力維持、向上に効果がある体操であることを、支援員も参加して実感しています。

また、百歳体操終了後は、サロン活動になる地区が殆どで、皆さん和気あいあい、近況を報告したり、畑の事、休んだ人の安否を気遣ったりと、とても和やかな雰囲気です。また、アルカディアもがみさんの「みんなの家」では、週二回（火、金）午前中百歳体操を実施しています。百歳体操に関心のある方は、区長さんや健康福祉推進員さん、または、最上町健康福祉課 ☎（43）31177 にお問合せ下さい。身体の健康はもちろんですが、参加者の皆さんと語り合う事で、心の健康も維持できる百歳体操です。



5029606a - moa.kootzshuife



自分専用の重りを持っている地区も



「夏休みわくわくキッズルーム」が開催されました!!
7月30日8月1・5・7・9日に中央公民館で「NPO法人アルカディアもがみ」さん主催の「夏休みわくわくキッズルーム」が昨年に引き続き開催されました。毎回、40名程の児童が参加し、夏休みの宿題やクイズ、皆で行うゲームに子供たちの目がキラキラ！笑顔がはじけていました。また、こども食堂が開催された日は、富沢地区の松葉会の皆さんの協力による昼食が提供されました。



お腹もいっぱい！和気あいあいと過ごすその姿は、仲の良い大家族の様でした。

「買い物支援セミナー」

買い物は、人とのふれあい

8月3日（土）に中央公民館、みどりホールにて、講師に公益財団法人 流通経済研究所の主席研究員の折笠俊輔氏をお招きし、「買い物支援セミナー」を向町地区コミュニティ推進会議が大堀・富沢地区の協力を得て開催しました。2025年問題（団塊の世代が後期高齢者になり、団塊ジュニアが50代となる節目の年）や高齢化に伴い、免許返納率が高くなることで、買い物難民が増加している等の説明がありました。地域によりニーズや対策は違うので、現状把握を密に行い、協議会（自治体、小売業、福祉事業者、商工会、交通企業、住民代表）を発足するなどして、まずは始めて見ることも必要なのではな

いか？また、買い物は商品を手に入れるだけでなく、それを介しての人とのふれあいが大切との事で検討・研修して行きたいと思います。



最上町でも災害が発生しております。3地区合同で、「防災」について研修会を検討中です。日時が決まり次第、お知らせしますので、是非ご参加ください。

★向町地区コミュニティ推進会議に関するお問合せ、向町ニュース、集落支援員の活動に対するご意見など、お待ちしております。

向町地区コミュニティ推進会議事務局
（43）2350 中央公民館内
担当：石山 薫