

# 芹田

## 令和4年度芹田地区 福祉推進活動紹介

夏は、七夕飾りや短冊に  
願い事を書いて飾り付けを  
して、公民館が華やかになり  
ました。



### 世代間交流



秋は焼き芋大会。美味しい芋が焼けるように  
焚き火を熾して、みんなで分けて食べました。

その他にも・・・

- ・あいさつ運動
  - ・夏休み防犯ポスター制作
  - ・クリスマス会
  - ・ポッチャ大会
- 実施しています。

### はつらつ体操クラブ



芹田地区では、はつらつ体操クラブが15グループ立ち上がっています。  
コロナ感染予防の対策をしながら体操を継続していきました。  
福祉推進委員会を中心となって実施している区や、自主グループなど色々  
ですが、はつらつ体操は、寝たきり予防やつどいの場になり継続すること  
で、貯筋（筋力維持）につながり良いこと尽くしです。

# 芹田

## 子育てサロン



各公民館では、子ども達が楽しめる玩具をたくさん用意して、お子さんや保護者が安心して遊べる場を提供しています。

## お茶のみサロン



コロナ感染対策として飲食無しで、スマホ教室やバイオリンコンサートなどイベントを企画し気軽に集まれる場を提供しています。

## ふれあい会食



歌やリフレッシュ体操をしたあと、お弁当は持ち帰りにしました。コロナ禍でもできる事を皆さんで考えながら活動しています。

## 健康応援講座



健康応援講座の希望があった区の公民館へ出向いて実施しました。楽しく気軽に聞ける講座です。

タイムスケジュール (例)

10:00 脳トレ(インストラクター)

10:10 認知機能に関するチェックシート

「動く・食べる・つながる」

フレイル予防のヒント(国民健康保険課)

10:30 芹田地区の健康寿命の延伸について (西部保健センター)

高血圧・糖尿病の未治療と要介護の関係について

11:20 健康体操 (インストラクター)

11:30 終了