



桔梗が丘地区福祉便り

令和7年 6月号 (第278号)

陽だまり

桔梗が丘自治連合協議会

桔梗が丘地区民生委員児童委員協議会



第28回 桔梗が丘『陽だまりのつどい』開催

81歳以上参加者154名 (対象者1268名)

5月25日 市民センターにて第28回桔梗が丘『陽だまりのつどい』を、主催者、出演者を含めて総勢240名余の参加者があり盛大に開催しました。今年度は81歳以上を対象として行い、「桜丘中学・高校のハンドベルコンサート」「まちの保健室の体操」「Seyate 隠の”よさこい”」などで楽しいひと時を過ごしました。ハンドベルでは音色を出す体験もあり、体操では速く体を動かし、よさこいでは激しい踊りと大きな旗がはためき、会場が盛り上がりました。

参加された方の感想

“支えあう 住みよい社会 地域から”

- ・まず、たくさんの人が参加されていることに驚き、これまで親の介護、妻の介護と心に余裕が無かった。今回参加させていただき本当に楽しかった。これからは機会があればすすんで参加したい。
 - ・Seyate 隠の旗振りがすごくかっこよくて元気をもらった。
 - ・まち保さんの体操を家でもやってみようと思った。
 - ・皆さん元気ですね！とても励みになった。
- ♪ハンドベルを体験された方♪
- ・初めての体験で緊張したけど楽しかった。10年若返った。



育成園まつり開催

5月18日 育成園まつりが開催され、障がい者部会がボランティアで参加しました。オープニングセレモニーにつづき、園内ではイベントが盛りだくさんでとても賑わいました。模擬店販売等、ゲームコーナーで多くの方とふれあい、おまつりを楽しみました。お天気にも恵まれ大盛況のうちに幕を閉じました。

まちの保健室だより

連載!!

一緒にやってみよう～♪ ラジオ体操第2 (13-4)

ラジオ体操は全身の筋肉を使い、血液循環が良くなり肩こりや腰痛の予防や音楽に合わせて体操することで認知症の予防にも効果があると言われています。

■胸をそらす運動

- ・左足を横に出しながら、腕を斜め上にあげて胸をそらせる。
- ・腕を前に交差して胸を深くまげる。腕をすばやく交差して体を起こす。



まちの保健室 (桔梗が丘南市民センター内にあります)

TEL 65-1299

桔梗が丘市民センター TEL65-1206

地区民生委員児童委員

TEL