

みのわ通信 No. 134



発行：箕曲地域づくり委員会（〒518-0441
TEL/FAX: 0595 (63) 0453

名張市夏見215番地 箕曲市民センター内)
Email: minowa-ko@emachi-nabari.jp

まちじゅう元気！リーダー研修会

十五地域が活動の様子を発表

団塊の世代が後期高齢者となる二〇二五年に向けた取り組みとして、市と地域づくり組織の協働で始まりました「まちじゅう元気プロジェクト」が十年経過しました。

講座、各地区でのサロンなど様々な取り組みをしてきました。

二月二十五日には各十五地域の取り組みの発表があり、箕曲地域も「ぴいちぴち！みんなが笑顔で健康づく

市では、健康づくりの取り組みや介護予防に重点を置き、担い手を養成する「まちじゅう元気リーダー養成講座」を開講し、各十五地域で「地域の力を高める元気づくり・人づくり」をすすめてきました。

箕曲地域では、これまで健康福祉部を中心に健康講座や骨密度・インボディ測定、ノルディックウォーキング、認知症サポーター養成



ひやわんも登場した国津地域の発表

地域のサロンもも太郎 各地区集会所で開催予定

今年度五月より再開しました地域の広場「もも太郎」が二月十九日の「音楽療法」で終了しました。



サロン運営の方々が

「おなかの健康教室」「水引教室」「音楽療法」「整体ストレッチャ」「太極拳」に「自衛術」と様々な催しを企画してくださり、好評をいただきました。

「行きたいけれど、交通手段がない」と言



うご意見をいただき、令和七年度は各地区の集会所での開催も予定しています。どうぞ、お楽しみにしていってください。

