

永年活動団体を市長が 表敬訪問しました

20年以上の長きにわたり地域で活動されている地域ふれあいサロンを紹介します。

しみずサロン

平成18年5月から活動しています。

7月8日に、市長がサロンを訪問し感謝状を贈呈した後、参加者と一緒にこれまでの活動の報告や現在の様子について意見交換しました。

来年100歳を迎える人も参加しており、皆さんの目標になっているとのこと話がありました。また、普段の活動で制作した折り紙が市長にプレゼントされました。



すずめのお宿

平成18年7月に開設され、体操やダンス、食事会など毎週工夫した活動を実施しています。

7月9日に、市長がサロンを訪問し感謝状を贈呈した後、参加者と一緒に歌を歌ったり、体操で身体を動かしたりしました。

代表の田村さんから「この

ように表彰式をしていただけるなんて、夢にも思っていなかった。これからも頑張っていきます」と挨拶があり、参加者からは、「こんな楽しいところに参加できてよかった。一人で家にいてもなにもせずにぼーっとしているだけ。毎週本当に楽しい」とのお話をいただきました。



げんきらり〜教室26期生募集

市では、和歌山県が推奨する筋力向上トレーニング「わかやまシニアエクササイズ」を「げんきらり〜教室」という名称で実施しています。

毎週1回3カ月間（12回）開催し、健康チェック、準備体操、ストレッチ、椅子を使用した筋力トレーニング、ステップ台昇降などを実施します。参加されたほとんどの人の筋力、体力が上がり生活の満足度が向上しています。「げんきらり〜教室」を通じて元気になりたい。地域も元気にしたい。そんな人を募集します。



●日程

10月2日(金)〜12月25日(金)
毎週金曜日

※12月11日(金)はお休み

●時間 10時〜11時30分

●場所 保健福祉センター

●定員 先着20人

●申込方法

申込みフォーム（下のQRコード）、
電話、窓口

●申込開始 9月1日(火) 9時

●申込み・問合せ

いきいき健康課 高齢福祉係
☎ 33-3705



新しい通いの場ができました

中下親睦サロン会

令和8年4月に始まりました。
健康麻雀、カラオケ、グラウンドゴルフなどの活動をしています。

●実施日時

第1・3木曜日 13時30分〜16時
第2土曜日 13時30分〜15時30分
第4土曜日 15時〜17時
第2・4日曜日 10時〜12時
●場所 中下区集会所ほか



100歳おめでとうございます

上平順太郎さん（隅田町下兵庫） 大正15年6月生まれ

大野榮美子さん（岸 上） 大正15年6月生まれ

小泉 炤子さん（御 幸 辻） 大正15年6月生まれ

多田 宏さん（隅田町下兵庫） 大正15年6月生まれ

藤林 照代さん（橋 谷） 大正15年6月生まれ