

東伊豆町あじさいクラブ連合会

○総人口 12,162人 ○65歳以上人口 5,478人 ○高齢化率 45.0%
○シニアクラブ会員数 479人 ○シニアクラブ加入率 8.7%

～東伊豆町あじさいクラブ連合会～

《概況》

○「介護予防講座」の開講

日 時：平成31年4月26日（金）
会 場：東伊豆町役場 大会議室
講 師：東伊豆町社会福祉協議会 職員
参加者：会員を中心に79名
内 容：DVDによる体操、脳トレ、輪投げ

○安心・安全ネットワークの構築

①「消費者被害防止」の講座、音楽レクリエーションによる脳の活性化

日 時：令和元年6月24日（月）
会 場：東伊豆町役場 大会議室
講 師：静岡県消費者団体連盟
参加者：会員を中心に75名

②「交通安全教室」の開講

日 時：令和元年9月25日（水）
会 場：東伊豆町役場 大会議室
講 師：下田警察署、交通安全協会 職員
参加者：会員を中心に78名

○健康づくり

日 時：令和2年2月25日（水）
会 場：東伊豆町役場 大会議室
参加者：会員を中心に72名
内 容：輪投げ大会、スカットボール

《成果》

- DVDを使った体操は、すこやかエブリデーの体操を画面で見ながら行った。同じ日に脳トレと輪投げを行い、体と頭をよく使う一日だった。脳トレは、地域に持ち帰って活用されているようだ。
- 昨年に引き続き、静岡県消費者団体連盟から講師を招き悪質商法、振り込め詐欺など高齢者を対象にした犯罪、日常生活上の防犯について学んだ。最近の動向を含めた説明があり、毎年新しい形の犯罪が起こっていることを知った。
- 同日行った、音楽レクリエーションでは、リズムに合わせて体を動かしたり、昔の音楽

の蘊蓄を聞いたりして楽しい時を過ごした。

- 交通安全教室では、道路横断練習を行い、事故の起こりやすい状況や事例、道路交通法の改正点などを学んだ。
- 今年、導入したスカットボールは、足の悪い方でも競技できるので、参加者から非常に好評であった。

《今後の方針》

- 防犯・交通安全は地域の安心・安全を守るためにも、日常身近に存在する危険について正確な情報、対処方法を日頃から学び、緊急の際、お互いの知識を出し合うことで支え合いができるようこれからも継続して学んでいきたい。
- 安心・安全のネットワークの構築のためには、会員がお互いに健康であることも重要であり、様々な健康づくりの活動は工夫して続けていかなければならない。
今回、好評であったスカットボールはぜひ継続していきたいものである。

【活動の様子】

