

**顔晴れ
がんばれ**
177号

*活動の記録
*情報の共有
*皆の情報誌
福岡県老連のHPにアップ中

▶**ヒートショック**
寒い冬、冷えた体で
熱い風呂に入るのは危
険！脱衣場も温かく。

十 *弥生区⇒350世帯；1,038人男495・女543
一 *高齢化率；区⇒335人/31.7%*町⇒39.7%
月 *会員数53名（男21、女32）平均 80.3歳
末 *発行；弥生若生会*写真&編集/西山 堅

*高齢者相互支援で終の棲み処にしたい街づくり *健康づくりと認知症予防と感動人生

12/11 271回 **サロン定例**（参加31名）：顔晴れ解説・屋内ペタンク大会



ペタンク大会に、31名の選手が勢ぞろい。目標は100歳まで投げるぞ〜



武田さんご夫婦、市川さん。元気に投げました / 投球ごと大きな拍手

12/23 272回 **サロン夢塾**（参加21名）♪季節の歌 ♪ふるさとの歌 DVDに合わせて体操



DVD見ながら体操・この積み重ねが健康寿命を延ばします
いま！頑張っ！最後まで、自分の足で歩きましょう！

仲良しこよし

見守り訪問

12/11 柴崎さんを訪問するも不在。毎日散歩されているそうです。柴崎さんは、Gゴルフの名手。早く復帰して下さい。



奥様もお元気でした

12/25 Gゴルフ納会 と 年間成績

▶優勝；古賀正博/51打（8×3ホール）
*グロス1位；古賀正博・11回/12回
*参加日数1位；古賀初音・253日/年
*HO回数1位；古賀正博・105回/年
▶大谷翔平・・・憧れてはダメ。来年は 貴方の名前と写真をここに！

掲 示 板

▶12/21 高齢者支援講演
*若生会の事例を発表
▶1/14 273回 サロン定例
*全員集合写真（15回目）
▶1/20 274回 サロン夢塾
▶2/5 275回 サロン定例
▶ゴルフ初打ち1/8（月）

R5/1-12月参加者累計

*サロン24回（定例+夢塾）
参加人数；398名
*Gゴルフ参加；4,391人
*顔晴れ発行；12回・177号
*認知症勉強会 *子供と七夕
*銭太鼓組 / 施設慰問再開
*小竹町とダーツ等で交流

12月度Gゴルフ MVP **渡部弘子**さん

ネット
① 渡部弘子 42.5
② 久保福代 43.6
③ 古賀初音 44.3
グロス
① 古賀正博 36.9
② 日高道男 38.7
③ 宮崎豊一 39.1



H/O数；9本 古賀初・茂永、8本 古賀正

**若生会
会員募集**

▶老いと共に物忘れが目立ち認知症かと不安ですが、80過ぎると似たり寄ったり。若生会は、認知症予防・健康づくり・友達づくりで健康寿命を延ばす活動を行なっています。

令和5年 健康づくり や 社会奉仕などに頑張った 記録の一部を掲載。令和6年も頑張ります



1年間、Gゴルフや公園清掃を実施



銭太鼓組、
コロナも収まり久々に花見



ペタンク筑豊大
Gゴルフは
県・筑豊大会

* Gゴルフやペタンクは県・筑豊大会出場常連に * スポーツを通じて小竹町と交流 * 多岐に亘って活躍



やすらぎの家で再開・拍手喝采



レクダンス披露・可愛い〜



夢塾に子ども会を招待

* 銭太鼓で施設慰問再開 * レクダンス/サロンで披露 * サロン夢塾/七夕祭りに「子ども会」をご招待



サロン夢塾12回/年開催
脳トレや健康づくり



サロン夢塾で健康づくり / 輪投げ大会 や 室内ペタンク



* 今年のサロンは24回・延べ396名参加 * 健康づくり・仲間づくり・社会奉仕に頑張る



公園周辺・通学路清掃 と



公園入口に安全手摺設置工事



* 公園美化で毎朝の清掃と公園美化 * 11月、200本のパンジを植え付け。花は、4月まで見頃



サロンに参加出来なかった会員宅に、顔晴れ宅配見守り訪問



県老連のPR写真に2枚
採用・その内の一枚

* 高齢者相互支援員が「顔晴れ」持って見守り訪問 * 若生会の活動実績を、各地で事例発表 や 講演



左から) *小田、茂永・西山 *公園の秋桜*久保田*久保さん 自慢の一品 紙上展示会

* 趣味は、認知症予防と健康づくりに効果あり。自薦・他薦の写真を掲載。投稿お願いします

* 最期まで「認知症に罹らず 自分の足で歩き」・・・「健康で長生き」を実現します