

**顔晴れ**  
**がんばれ**  
**183号**  
福岡県老連のHPにアップ中

\*活動の記録  
\*情報の共有  
\*皆の情報誌

**熱中症に注意**  
こまめに水分補給  
真昼の外出自粛  
畑仕事も短時間で

6年6月 \*弥生区→350世帯；1,038人男495・女543  
\*高齢化率；区→335人/31.7%\*町→39.7%  
\*会員数52名（男20、女32）平均 80.92歳  
\*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

6/10；第283回サロン定例、参加；30名 \*初導入ビーンボウリングで健康づくり



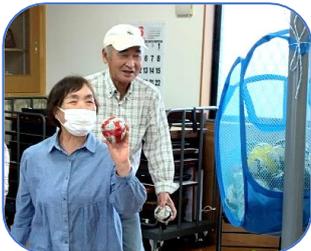
6/22；第284回サロン夢塾、参加；18名 \*9月に小竹町とダーツ大会計画中



優勝；茂永65点  
2位；古賀初音56点  
3位柴崎48点

↑ダーツの的

\*健康づくりは、自助努力が必要です。若生会は「鞍手一凄い」と言われる所以です



若生会健康予報；6月の見回り情報は、「晴れたり曇ったり」。入院1名、デイサービス5名、他の人は、Gゴルフや体操などで健康づくりに自助努力・・・結果、他地区より「晴日和」が多い。高齢者は熱中症が心配です。真昼は屋内避難と携帯は常に持ち歩く！など自己防衛しましょう。

**掲 示 板**

6/22 284回 サロン夢塾  
7/8 285回 サロン定例  
7/15 役員会&企画会議  
7/20 286回 サロン夢塾  
8/5 287回 サロン定例  
7月中 ダーツ指導者研修  
8月頃 町老連ダーツ大会  
9月頃 郡老連ダーツ大会  
\*老連広報7/17発行予定

**熱中症が疑われる症状**

\*ふらつく \*後頭部が痛い  
\*足がつる \*手の震え  
\*吐き気 \*眩しく感じる  
\*周りの気配りで異常発見

**熱中症応急措置**

1. 涼しい場所へ移動 2. 衣服を脱がし体を冷やす 3. 塩分や水分を補給 4. 救急車を呼ぶなど迅速な対応が必要

**Gゴルフ月例 6月度 MVP渡部弘子**

ネット	① 渡部弘子	43.2
	② 小田榮一郎	44.7
	③ 池田優美子	44.9
グロス	① 古賀正博	37.0
	② 小田榮一郎	39.7
	③ 日高道男	40.0

\*ホールインワン本数  
1位；12本/古賀正博  
2位；9本/久保田 3位；8本/中西



お知らせ；8月度Gゴルフは、熱中症予防とお盆休で、昨年並みに休み予定/次のサロンで報告します。