



<p>顔晴れ 161号 *新会員募集 20%増目標</p>	<p>*活動の記録 *情報の共有</p>	<p>新型コロナ感染状況 町内感染拡大。 高齢者の尊い命を守りましょう。</p> 	<p>*弥生区；334世帯・1085人（男523・女562） *弥生区高齢者291人（26.8%）；鞍手町39.3% *会員数58名（男25、女33名）平均 79.6歳 *発行；若生会 *編集；西山 聖</p>
---	--------------------------	---	---




*高齢者相互支援で終の棲み処にしたい街づくり *サロンで健康づくり・認知症予防・感動人生

<p>新型コロナ感染者数 (人) 8/末 厚労省資料 世界感染；6億人超 国内死亡；3万9千 世界死亡；649万 福岡県感染；9万8千 国内感染；1,879万 鞍手郡；3,100人</p>	<p>コロナ感染者9日連続下降 ここ9日間下降気味ですが、まだ安心できません。 3蜜を避けて下さい！</p>	<p>熱中症救急搬送 6/27~7/3日の一週間で、1万4,353人が救急搬送：総務省：消防庁</p> 
---	---	--

8/8 第240回定例サロン*参加者；27名*顔晴れ解説・善行者表彰・お手玉で健康づくり



↑屋外運動が出来ない人の健康づくりに、屋内でお手玉遊び。お友達と会って話すだけでも元気になります

 <p>← 8/20 第241回 夢塾サロンに20人 今月も 南蔵院住職のDVD鑑賞。良かった~と好評でした。</p>	 <p>中西さん 善行表彰 手洗い場舗装、入口に手摺設置、公園の除草、花壇作り等善行に対し細やかなお礼です。</p>	 <p>合掌 故 奈良さん初益</p>
---	---	---



↑ 8/8 顔晴れ宅配で見守りと会員宅庭の草取り ↑公園周りと通学路の草取り ↑沖縄から夏便り


9月は敬老の日 *元気な100歳以上の高齢者の8割は「誰かと一緒に食事を摂っている」！

R3年 100歳以上⇒8万6,510人：51年連続で最多更新

百歳以上、S38年には全国で153人。S56年に千人を超え、H10年に1万人を超え。H24年に5万人を超え、R3年に86,510人（前年比+6,060人）百歳以上の高齢者のうち女性は76,450人（全体の約88%）（厚労省資料）

▶長生きの秘訣は毎日の生活習慣

*適度な運動 *栄養バランスの良い食事*良質な睡眠 *タバコを控える *ストレスを溜めない *自分が楽しめる事を見つける *健康に積極的など

<p>当面の予定表</p> <p>9/ 5 (月) 10時*242回定例 9/24 (土) 13時半*243回夢塾 10/10 (月) 10時*244回定例 9/12；ペタ筑豊大会・遠賀町 9/15；Gゴルフ県大会・岡垣 9/28；Gゴルフ筑豊大会・桂川</p> <p>↓若生会選手のみ記載</p>	<p>▼お手伝い電話 遠慮なく</p> <p>*体調不良、悩み事、詐欺かも等気になる事が有れば高齢者相互支援員、民・児委員に遠慮なく電話して下さい。 *行政や専門部署とのパイプ役になります。</p> <p>H/O回数 10回；古賀正、8回；茂永、7回；中西・古賀初・佐々木</p>	<p>8月MVP 茂永選手 *最終日大逆転</p> <p>ネット ① 茂 永 44.3 ② 小田榮 44.5 ③ 古賀正 45.7 グ ① 古賀正 38.7 ② 小田榮 41.5 ③ 宮 崎 41.7</p> 
<p>9/12ペタ筑豊/関口・山下・中西・古賀 9/15Gゴルフ県・小田榮・小田昭 9/28Gゴルフ筑豊/久保・古賀</p>		