

顔晴れ

*活動の記録
*情報の共有

一連続発行15年目突入
*県老連のHPにアップ中

若生会の活動が、県老連のリーフレット写真に採用されHPにアップ!

4月未現在

*弥生区;369世帯・1,029人(男495・女534)
*区高齢者334人(32.5%) *鞍手町39.5%
*会員数52名(男21、女31人)平均80.3歳
*発行;若生会(会長山下住人) *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・認知症予防・感動人生

▶R5.5.9 第260回定例サロン(参加28名) *「頑張れ」解説・「テレビ出演の再放送」など

①;定例報告・顔晴れ解説の後、昔の記録が観たいとの要望にこたえて ②;H27年度の事業実績をパワーポイントで動画放映 ③;H25年2月「認知症予防に取り組んでいる老人会サロンとしてテレビ出演した映像上映(RKB放送サワダデースで紹介) ④;朝ドラ「あまちゃん」のテーマソングに合わせて体操 ⑤;山下会長の巧みな話術、参加者と言葉のキャッチボールで楽しいひと時を過ごす。*逝った諸先輩に動画で会えたと好評。H23にサロン導入以来、高齢者が元気の街・認知症予防・最期の棲み処づくりを継続。



「独りでは続かない健康づくりと友達づくりを13年前からやっています。13年間、友達と話して運動して笑って若生会って凄い!だから11回も表彰されました。」

▶R5.5.20 第261回夢塾サロン(17名) ▶紙風船とゴミ袋づくり・・・いい脳トレになりました



風船を飛ばす娘たち・・・風船が小さく映りが悪かったので矢印を付けました(矢印の先に風船)



折り紙は 最高の脳トレ!

覚えるために脳はフル回転!

習ってもすぐ忘れちゃった。

覚の悪い生徒ですみません。

最後は風船飛ばしてスッキリ

怖い熱中症! 病気で即死はないが、熱中症はその場で死ぬ事も! *早め・適度な水分補給

熱中症による救急搬送状況



↑ 死者と救急搬送人数

- タ
①の良
水分補給
⑤即1リ
ツ

↑ 尿の色に注意



見熱中症方の



親指の爪をつまみ 離すと白くなる。ピンク色に戻るのが3秒以上かかれば脱水症状の可能性

▶熱中症が疑われる人を見かけたら、①;涼しい場所へ移動 *エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰に移す。②;体を冷やす *エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ移動して、*衣服をゆるめ、からだを冷やす *特に、首の周り、脇の下、足の付け根など冷やす。③;水分補給 *エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰へ。▶自力で水が飲めない、意識がない場合は、ためらわず救急車を呼びましょう! ◆熱中症予防 ①炎天下の外出は控える ②こまめに水分補給する ③夜もエアコンを使う

若生会は何でも一番・・・棲む町を綺麗に・みんなが元気に・助け合いの街づくり

*公園に花、通学路の除草・・・花は万人が喜びます。我々に出来る社会奉仕です



秋定植の300株のパンジーはまだ咲き誇っています。秋桜もちらほら開花、園内と公道は毎日清掃

5/10老連杯グラウンドゴルフ大会 *鞍手郡大会に 若生会9、大池6、城ヶ崎4、立林1名派遣

福祉人権課 田鶴原課長を来賓に迎え、100歳の園部雪子さん始球式
参加者80名、その上位20傑が郡大会出場。同点1位;36打=2名
(年齢差で小田榮が同率2位に)。他に、古賀正博・宮崎・松本・花田・西山堅
・久保田・山下・中西(9名)が5/24開催の鞍手郡大会出場権を獲得した。
*郡大会は、小竹町と鞍手町より各20名出場。1~4位は県大会、5~13位まで
が筑豊大会に出場する。(同苗字複数の場合、フルネームで表示・敬称略)



↑2位/小田榮一郎選手

5/24 鞍手郡老連杯グラウンドゴルフ大会 *弥生5・大池3・城ヶ崎2・立林1、小竹町2名



弥生 若生会の選手のみ表示
若生会以外の選手は老連広報57号で紹介

強敵小竹町に挑戦する形で行われた初の鞍手郡大会(8ホール×3ラウンド)が行われた。結果は、
優勝;立林/福山、②大池/諫武寿 ③小竹町/田原
④弥生/中西(9/28・県大会)。⑤弥生/西山堅
⑥弥生/宮崎 ⑦城ヶ崎/湯浅 ⑧弥生/古賀正博 ⑨
小竹町/塔野 ⑩大池/諫武民 ⑪弥生/山下 ⑫城ヶ
崎/沢見 ⑬大池/伊藤 ⑤~⑬は筑豊大会出場。
県及び筑豊大会でも上位入賞を目指します。

5/23(火) 県老連「定例社員総会」に出席

I;メインテーマ(全国共通)(抜粋)
「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくり」
○健康寿命をのぼし、自立した生活、
生きがいある生活の実現を目指す
○仲間や地域の高齢者とともに
継続的な健康活動に取り組む
○元気高齢者の知識・経験・活力を
生かす場づくり・機会づくりを広げる

お年寄り110番「命を護る」

高齢者の散歩には危険が伴う。
①人通りが少ない悪路の農道散歩は避ける ②散歩中の事故や熱中症かもと思ったら、民家や近くの人に助けを求める ③携帯電話を持ち歩く ④薄暮の散歩はしない。自分の命は自分で護る工夫と護ってあげる皆の目と気配り。



↑筆者の家も避難先にどうぞ

お知らせ

▶6/5(月)260定例サロン
▶6/17(土)261夢塾サロン
▶7/10(月)262定例サロン
▶7/22(土)263夢塾サロン
▶6/6町老連ペタンク県・筑予選
◆県老連のリーフレットに若生会の活動写真がHPにアップ

お手伝い電話・嬉しい便り

*体調不良、手伝い、悩み事など有れば、高齢者相互支援員か会員に電話下さい。
*主人が散歩中に倒れた時、若生会の活動を知って会員になった。以来、私達老夫婦の不安が消えました。

*日高静さん連続2位 *H/Oベスト3;13本/武谷直 9/日高道・小田榮

5月MVP;小田榮一郎さん優勝

ネット	① 小田榮一郎	44.9
	② 日高 静子	45.3
	③ 久保田ハルヒ	45.5
グロス	① 古賀正博	40.0
	② 日高道男	41.4
	③ 小田榮一郎	41.9

