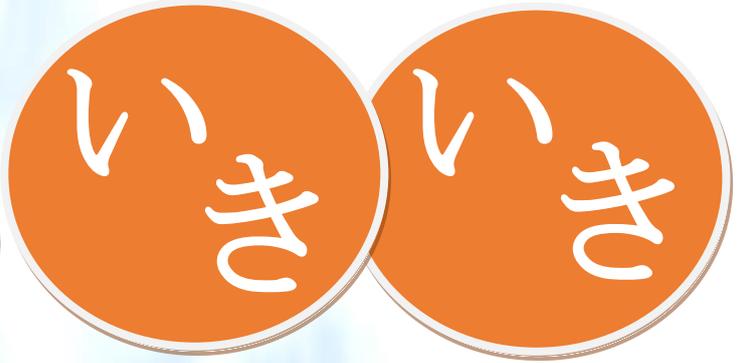


地域の支えあい活動や介護予防活動をご紹介します

見~つけた!

# 地域の活動



## Vol.17

2017年12月発行

### とにかく明るい水戸地区健康福祉委員会の運動会

### 集いの場の充実で深まる支えあい活動



今回の「地域のいきいき活動」は、水戸地区健康福祉委員会の取組みをご紹介します。

水戸地区健康福祉委員会では、毎年秋に運動会を開催しており、今年も11月3日（金）、22人の水戸地区の皆さんが集会所に集まり、とにかく明るい運動会が繰り広げられました。

まず、健康福祉委員会が独自に振り付けを考えた歌謡体操で身体をほぐし、赤色チームとオレンジ色チームに分かれて、パン食い競争やボール運びリレー、かぶりもの競争、バケツ釣り競争、応援合戦など、趣向を凝らした楽しい競技に集会所は笑い声に包まれ大変な盛り上がりを見せていました。



水戸地区健康福祉委員会は、日頃から集会所や津波避難タワーの下を拠点に介護予防に取り組みられています。

水戸地区の高齢化率は52%（平成29年10月1日時点）となり、入院や施設入所を理由に地区から離れてしまいう高齢者も増えているようですが、集いの場の充実とともに支えあいの意識も育まれ、健康福祉委員会の役員が中心となってウォーキングの際の見守りや声かけ等の活動にも取り組まれています。

代表の戸田さんは、「こうした状況だからこそ健康福祉委員会の活動が必要となる。」と話されており、今後ますます増えていく地区の課題に対応するためにも、こうした活動を通じて地区住民の信頼関係を深めているのだと感じました。

