

平成 29 年度 高齢者支え合いコミュニティ支援事業団体

町内会概要			
組織名	五月町親和会	代 表	会長 斎藤高紀
地域（市町村）	県北（福島市）	加入世帯数 （人数）	188 世帯（514 人）
<p>(1) 自治会の主な活動 自治振興協議会、五月町定時総会、中央地区町会連合会総会、民生委員・児童委員選任、城下町づくり協議会総会、地区青少年育成会総会、第五地区自主防災協議会設立、夏季ラジオ体操（21～31 日）、防災訓練第 2 回実行委員会、一番町商店街夏祭り、稲荷神社例大祭、秋の交通安全街頭キャンペーン、全市一斉清掃など</p> <p>(2) 自治会の特徴 JR 福島駅前に位置し、寺社があり古くからある町内会であり発足から 70 年以上経過している。町内会の範囲は広くなく、徒歩でも回れる圏内であり、そのため町内会員同士の結束も強い。</p> <p>(3) 今年度実施事業 健康体操さつきプロジェクト</p> <p>(4) 事業の主な活動内容 毎週水曜日、午前 10 時から「いきいきももりん体操（福島市が平成 20 年度から介護予防事業で行っていた体操を選びすぐってまとめた体操）」の DVD を流し、約 40 分間参加者それぞれで体操を行い、終了後はそのまま解散。</p> <p>(5) 本活動を実施することの背景 町内会事業の、いきいきサロン（町民全員参加対象・年 7-8 回実施・本年で 11 年目）やほがらか会（60 歳以上の町民・高齢者交流会）の各行事を行うにあたり、集まりの前に簡単な体操を行っていた。この体操の評判が良かったため、体操に特化してやってみようということになり、平成 28 年 10 月から毎週水曜日に「いきいきももりん体操」の DVD を流しながら、皆で体操をしようということになった。</p> <p><いきいきももりん体操をとおして> 高齢化率も高くなった本会において、以前よりサロン活動等を行う前に簡単な体操を参加者で行っていた。この体操の評判が良かったため、体操に特化してやってみようと「いきいきももりん体操（福島市が介護予防のための体操を選びすぐってまとめたもの）」の DVD を流し、約 40 分間参加者それぞれで体操を行い、終了後はそのまま解散するスタイルをとった。各人の都合で自主的に行い、盆・正月休みもない。自主的なスタイルがかえって交流が深まるいい機会となっている。</p>			

活 動 内 容

① (右) 民生委員の小松伸子 (こまつのぶこ) さんと事務担当の佐藤香邦 (さとうよしくに) さんにお話を伺った。



③体操終了後は話をしたり、そのままお茶を飲みに行ったりと、思い思いの時間を過ごす。



②毎週水曜日、午前 10 時から DVD を見ながら皆で体操を行う。終了後はそのまま解散。

