

Pick up Topics★

伊達市合併 15 周年記念事業

元気なまち シンポジウム



全身を動かして自然と笑顔に！

(一社) 元気づくり大学の^{おむらとしひさ}大平利久学長の指揮のもと、来場者全員で「まいまい運動」を体験。少しずつハードになる運動に、呼吸が上がりながらも、会場は笑顔に包まれました。



で住民力が上
め、集会所単位
助の動きが出始
自助・共助・公
くうちに、自然と
り会で交流を続けてい

続いて行われたパネルディスカッションには伊達なふるさと大使の3人も参加し、元気づくり会がまちづくりに与える効果などについて、さまざまな意見を交わしました。その上で、元気づくり大学の^{おむらとしひさ}大平利久学長は「元気づくり会で交流を続けていくうちに、自然と自助・共助・公助の動きが出始め、集会所単位で住民力が上が

11月18日①に開かれた「元気なまちシンポジウム」には、約200人が参加しました。

須田市長が「元気な高齢者によるまちづくり」をテーマに講演しました。平成26年に5会場から始まった元気づくり会は、現在市内127会場で行われています。須田市長は「運動に加えコミュニケーションを図ることで、心が健康になれるのが一番重要」と話し、元気づくり会の取り組みを讃えました。

集会所コース参加町内会を募集

「元気づくり」始めませんか

身近な集会所などでコーディネーターと一緒に楽しく身体を動かします。自分の都合や体調に合わせて、気軽に参加できます。

① 6か月間・週2回、1回90分

② 詳細はお問い合わせください。

③ 健幸ポイント対象事業

④ 健幸都市づくり課元気づくり係

☎ 575-1148

Voice



月舘町 佐藤 チヨ子 さん

元気づくり会を始めて3年、みんなに会えるのが毎回楽しみです。身体のために長く続けたいと思います。

り、元
気な高
齢者を
中心と
したま
ちづく
りにつ
ながって
いく」と
結びまし
た。

