



おひさま運動

- お はようの声ひびく 思いやり育てる やさしいまち
- ひ ろげよう読書 感動あふれる 学びのまち
- さ わやかな汗 心と体きたえる 健康なまち
- ま もろう決まり みんなでつくる 安全なまち

「令和型」の地域づくりに挑戦

第5期地区振興計画を策定します

第4期地区振興計画は、今年度までです。令和3年度から5年度までの和田地区での地域づくり活動を地区民の皆さんで話し合い決めることとなります。

新型コロナウイルスの禍でこれまで大都市への人口集中から地方への見直しへと人々の価値観が変わりつつあります。

新たな時代の地域の在り方を皆さんで真剣に話し合い、時代にマッチした新しい「令和の時代」にふさわしい自治会、地区の在り方を考えましょう。

第5期計画の必須事業は2項目に

第4期計画までは、必須事業は4項目（祭りなどの花火事業、健康づくり、高齢者見守り、きれいな地域づくり）でした。

第5期計画は、身近な重要な課題である健康づくりと見守り活動の2項目になります。

1. 健康づくり事業

日置市の健康課題は、

- ・後期高齢者医療費が県内トップクラス（ワースト4位）
- ・国保医療費依然として高い（ワースト8位）
- ・高血圧有病率が県・国より高い（63.5%）
- ・介護保険申請理由で多いのは、
脳血管疾患と認知症

以上のことから第5期では健康面を重点事項に取り組むことになりました。

その方向性は、

- ・市民一人一人の健康づくりを支援
- ・健康行動の把握→課題を知り行動へ
- ・継続的に健康づくりに取り組めるような仕組みづくりを考える

具体的には、各自の血圧に関心を持ってもらうために。血圧手帳の配布など、事業化を考えていきます。

2. 見守り活動事業

6月25日（木）の要支援者情報マップ見直し検討委員会で、市地域包括支援センター湯地保健師より見守り活動についての話を聞きました。



見守りを地域でするには、何ができるかな
 求められるものは・・・「地域のつながり」

「地域ネットワークの再構築」

- ・見守りが必要なのは高齢者の方だけでなく、障害のある方、一人暮らしの方など、社会変化、地域の実情に合わせた見守りが必要な時代に

災害時や病気で倒れたときなど、誰もが安心して暮らせる地域はどうあればよいか、その仕組みを考えます。

和田地区では、必須事業のほかに人口減少に対応するための定住促進対策や花いっぱい運動、地域を盛り上げる「夏祭り」などの行事など令和の時代に合った事業の在り方を考えていきます。

振興計画はどのようにしてつくるの・・・

地区では、地区民の皆さんの思いや意見を振興計画に反映するために、日置市の話し合い活動の支援を受けて計画づくりを行います。支援してくださる先生は、鹿児島大学準教授 金子満先生です。

具体的な計画策定のスケジュールは、「公民館だより8月号」でお知らせします。各自治会でもより良い住みやすい自治会、和田地区になるにはどうすればよいか、話し合いを進めてください。

和田地区先祖追弔会
 開催のお知らせ

期日：8月16日（日）13：30

場所：和田地区公民館大会議室

今回は、厳浄寺の山崎先生をお迎えして、法要と講話をしていただきます。追弔会は、和田地区に戦前から続く行事です。ご近所誘い合ってお越しください。

ひまわり館『新米特売市』開催
 8月2日（日）9：00～ スタート

早期水稲の収穫時期を迎えました。ひまわり館では、新米特売市を開催します。新米量り売りは、一升枴600円です。新米食べて夏バテ・コロナを吹き飛ばしましょう。

出荷者募集中です。少量でも大歓迎！

8月の行事予定

日	曜	行 事
2	日	ひまわり館新米特売市 9：00
4	火	やさしい園芸教室 10：00
7	金	文書発送
8	土	カラオケ同好会 19：30
9	日	花火大会 打上時間は、後日回覧にて
10	月	○山の日 楽しいハーモニカ教室 10：00
16	日	地区先祖追弔会 13：30
21	金	文書発送 リズム体操 10：00
22	土	フラダンス教室 13：30 カラオケ同好会 19：30
24	月	生け花同好会 9：00
27	木	第2回地区公民館運営委員会 20：00

※各行事、コロナウイルスの感染状況によっては、変わる場合もあります。

※8月13（木）・14（金）は、地区公民館は休館します。（お盆休み）

新型コロナウイルスにより、私たちの生活様式や地域の行事などに様々な影響が出てきています。新しい生活様式とは、行事の在り方など考えてみましょう。



学級・公民館講座再開

4 月・5 月は、新型コロナウイルスの感染対策のために、地区公民館の利用が制限されていきました。6 月より感染防止対策を図り、通常通り利用できるようになりました。

ひさしぶりに学級や講座に参加された方々は、いつもの生活に戻り晴れ晴れとしていました。

今年度も地区民の多くの皆さんの参加をお待ちしています。

令和 2 年度女性学級開級式開催



少しの運動でコロナに負けない体力がつきますよ

6 月 12 日(金)今年度初めての女性学級が行われました。GENKI 企画の中村先生に家で出来る簡単な体操を教えてくださいました。手軽にできます。まずは、やってみましょう。

- ・肩甲骨のまわりを柔らかく。
- ・手が上がらない時は上がる所まで動かす。
- ・足の筋肉をつけましょう。
- ・足の指を動かし、しっかり床を掴めるように。

高齢者学級開級式開催



元気で長生きが一番！・・その為には・・

6 月 16 日(火)例年よりひと月遅れの開級式となりました。当日は吹上支所堀保健師に「フレイル予防について」の出前講座をしていただきました。

フレイルとは・・・

加齢により**気力・体力**など心身の活力が低下した状態になることを言います。

フレイルにならないためには・・・

- ・運動 ・活発な生活 (社会参加)
- ・食生活 ・禁煙 ・適正飲酒
- ・口腔ケア ・生活習慣病などの重症化予防 ・適切な服薬

★食事の基本★

「1 日 3 食、リズムよく」

「栄養バランスを整えて」

「適量を」「ゆっくり、よく噛んで」

高齢者学級や「いきいきサロン」「筋ちゃん広場」などに参加することは、フレイル予防につながります。ご自身のためにも、今年こそ、まずは行動を！！

第 2 回かけっこ(陸上)教室

6 月 21 日(日)にかけっこ教室を行いました。当日は雨になり体育館で行いました。幼児・小学生 12 名と一般 18 名の参加となりました。

ラダーを使って、ゲーム感覚で基礎トレーニングをし、最後は 3 チームに分かれて、リレーを行いとても楽しい時間を過ごしました。

次回は、10 月に開催予定です。



幼児、小学生はゲーム感覚で楽しく体力づくり



一般の皆さんは、少しでも体力年齢アップを (次の日は足が・・・運動不足を痛感)

新規・リズム体操&継続・フラダンス教室



音楽にあわせてリズムよく～リズム体操

新講座のリズム体操は、6 月 19 日第 3 金曜日の午前 10 時から行われました。日吉町の遠矢真佐子先生の指導で 1 時間半身体を動かして、健康的な汗をかきました。

フラダンス教室は、6 月 27 日の第 4 土曜日午後 1 時半より、約 3 か月ぶりに練習を行い基本のステップや振付を習いました。

公民館講座は、受講料は無料です。

あなたも参加して新しい自分を発見してみませんか。

第 27 回和田地区夏祭りは中止に

7 月 9 日に第 2 回夏祭り実行委員会を開き、県内での新型コロナ感染者の発症に伴い安全面等確保が厳しいと判断し今年度の夏祭りは中止と決まりました。

花火大会は、実施へ

花火大会は、夏の風物詩でもあり実施することにしました。実施方法など詳しくは、後日回覧版にてお知らせします。