



サロマ町
民生児童委員

ほっこり通信

～**たよ**便頼りにになりたい～ **第4回**



今年も天候不順で寒暖の差も激しく、体調管理が難しいと思いますが皆さんお元気ですか。

今回書き手の当番となり、皆さんに何をお伝えするか考えましたが、改めてこの町のことを、思い返してみました。

私は普段から、民生児童委員の活動以外にも、配達の仕事で地域を回っておりますが、そこでいつも感じるのは『町内には元気な高齢者が多い』ということなのです。

寒い日や小雨降る日も、ゲートボールやパークゴルフに取り組む高齢者を拝見しており、その姿に感心し羨ましく思います。

高齢者の皆さんは、スポーツ以外にも寿大学や老人クラブでの交流を大切にしている方もおりますので、そのあたりに若さを維持する秘訣があるのでしようか。

私も十名の仲間と一緒に、月二回カラオケの練習をしており、お祭りや行事などで、地域への貢献となるよう歌っております。

歌は三分間のドラマと言われるますが、その主役を演じるためには、音符や楽譜と格闘しながら練習しますので、頭も必死に使います。その成果は私自身のボケ防止・認知症予防に貢献しているのかもしれない。

『カラオケで地域貢献』に興味のある方は、どうぞ声をかけて下さい。世の中、人それぞれ思いは違いますが、なにかの事情でこのような集まりに参加できない方もたくさんいるでしょう。

私たち民生児童委員は、そのような方に何が出来るか、活動の中から答えを見つけていきたいと考えております。

武土地区担当 民生児童委員 永井 良次

