



# 地域包括支援センターです

■ 問合せ 地域包括支援センター(保健福祉課内) ☎ 47-8009  
 社会福祉協議会地域包括支援センター(今庄福祉センター2階) ☎ 45-1170  
 // 河野支所(河野保健福祉センター1階) ☎ 48-2260

集まるだけで「介護予防」～顔がつながる、心が通う、お互いさまのまちづくり～

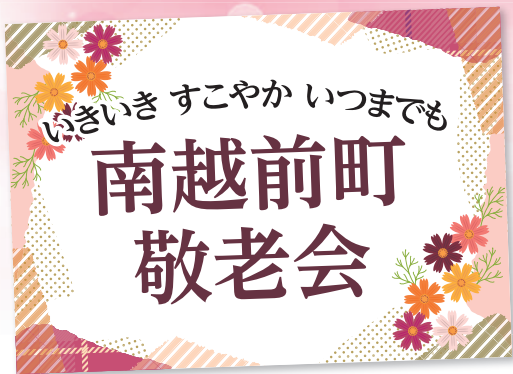
## 地域ふれあいサロンで「もの忘れ予防」!

運動は認知症予防に効果がありますが、一人で運動するより、つどいの場へ参加するほうが、認知症予防に効果があることがわかってきました。

例えば「年4回以上サロンに参加している人と、年3回以下の人の7年後を比べたところ、4回以上の参加者は認知症の危険度が3割少なかった」という研究があります。

運動ができない人でも、つどいの場へ集まるだけで認知症の予防につながります。サロンに参加した事がない方は、見学に行くだけでも「参加」となり、脳や体が活性化されますので、ぜひお越しください。開催日は、地区のふれあいサロン協力員までお問合せください。

本年度は、新たに5地区のサロンが立ち上がりました。サロン協力員の皆さんも、工夫しながら頑張っています!



多年にわたり町の発展にご尽力いただいた高齢者のご労苦をねぎらい、感謝の気持ちと健康・長寿のお祝いに各地区で敬老会が開催されました。

式典では、米寿の方と金婚のご夫婦にお祝い品が贈呈され、参加者からは大きな拍手が送られました。岩倉町長をはじめ来賓から祝辞が述べられた後、祝宴が行われました。園児による歌や踊り、地区文化協議会や地区民生委員による芸能発表、ものまね歌謡ショーなど各地区特色あるステージを楽しみながら、会食と親しい仲間との歓談に笑顔があふれていました。

### 9/19 河野地区



### 9/21 今庄地区



### 9/25 南条地区



【平成30年9月1日現在の南越前町の状況】平成30年12月31日現在で満75歳以上の方2,071名  
 男性の平均寿命(80.8歳)県下16位 女性の平均寿命(88.2歳)県下1位 (厚生労働省公表2015年市区町村別生命表より)