

平成25年度 地域の元気づくり事業報告書

赤磐市老人クラブ連合会

<p>①</p> <p>地域の概況</p>	<p>赤磐市は、岡山県の中南部に位置し、2005年3月に赤磐郡山陽町・赤坂町・熊山町・吉井町の4町が合併して発足。南部には住宅団地があり、岡山市のベッドタウンとなっている。</p> <p>果樹栽培が盛んで特に桃・ブドウ（ピオーネ、マスカット）の作付が多く、豊かな自然や文化遺産に恵まれる一方で、交通網の発達などで都市的な環境整備も進んでいる。</p> <p>総人口 44,942人 高齢化率 28.6% (H25.10.1現在)</p> <p>「人“いきいき”まち“きらり”」をキャッチフレーズに、活力と個性あふれる新たなまちづくりを目指している。</p>
<p>②</p> <p>活動状況</p>	<p><input type="checkbox"/> 赤磐シニア大学 大運動会</p> <p>10月24日(木) 山陽ふれあい公園 総合体育館メインアリーナ 参加者数 123人, 一般高齢者(非会員) 4人</p> <p>～プログラム～</p> <ul style="list-style-type: none">・太極拳・ぞうり(スリッパ) とばし・紙グラウンド・ゴルフ・お手玉入れ・落書き競争・玉入れ・パン食い競争・運試し <p>毎年恒例となっている大運動会。 当日は天候不良のため、急遽屋内での実施となった。 紙グラウンド・ゴルフのスティックやボール、お手玉入れの的など道具から会員が集まって製作した。</p>

<p>③ 活 動 の 効 果</p>	<p>普段あまり会う機会のない他地区の会員の方や非会員の方と交流することで、赤磐市の老人クラブとして一体感が出てくる。旧町の住民意識から脱皮し、赤磐市老人クラブの会員の所属意識を高めることに役立つ。</p> <p>また、大勢ですること、楽しく体力増進、健康づくりの意識向上につながった。中でもお手玉入れは非常に大好評で、大運動会以降も各支部・各地区へ会員が製作した的の貸し出しを行い、普及している。</p> <p>太極拳では、市内で活動されている方を講師としてお招きし、地域に根差した老人クラブ活動へとつながっている。</p> <p>毎年恒例とすることで、口コミで大運動会の魅力が広がり、老人クラブへの加入もあった。</p>
<p>④ 課 題 ・ 問 題 点</p>	<p>市、市老連の広報誌（ともに全戸配布）に掲載、各单位老人クラブへも案内し、広報をしているが、まだ一般高齢者（非会員）や一般会員の方への周知が不十分な部分がある。</p> <p>各地区での取り組みもあるものの市老連の行事はまだ少なく、他地区の方と一緒に参加する機会が少ないのも現状である。集まるのに交通の便がないのも対策が必要。</p>
<p>⑤ 今 後 の 進 め 方</p>	<p>赤磐市老人クラブ連合会として、大運動会をはじめとして、赤磐シニア大学の中での“学習”、健康づくり事業としての“実践”、また体力測定などの“点検”の3本柱で健康づくり・体力の増進に努めていく。</p> <p>毎年恒例となっている事業に加えて、会員の方にとってもっと身近に健康づくりを考える場を提供できるよう地域や関連機関との連携を図っていく。</p> <p>現在、市の栄養委員との共同で高齢者の食についての事業も来年度の実施に向けて検討している。</p> <p>「自分の健康は自分で」をモットーに、会員の加入促進につながる健康づくり事業を進めていく。</p>