



広報あやせ

主な記事

- ②葬儀生前契約支援事業
- ③健康だより
- ④親子ふれあい農業体験参加者募集▲
- ⑤春のチャレンジボランティア



自分らしく生きるために 「人生いきいき手帳」作成

「人生いきいき手帳」は、高齢者の健康意識や介護予防への理解と関心を深めながら、今までの生活の振り返りだけでなく、現在行っていることやこれからやってみたいことなどを記載することで、日常生活の活動を高め、地域社会などへの参加を促します。

☎地域包括ケア推進課 77・1116。



医療介護連携推進事業講演会 「住み慣れたところで暮らし続けるには」

3月23日(金)19時～20時30分、市役所315会議室で医療介護連携推進事業講演会「住み慣れたところで暮らし続けるには」を開催します。「共生」をテーマに、医療・介護が必要になっても、元気な時から住み慣れた地域で暮らし続けることを目指すための講演です。講師は文教大学人間科学部准教授の二宮雅也さん。市内在住の方、医療・介護関係従事者対象。定員80人(申込順)。☎3月2日から地域包括ケア推進課 77・1116。

昨年、桜美林大学と共同で行った「高齢者の生活と健康に関する調査・研究」の結果から、「自治会活動」「趣味の会などの仲間うちの活動」「ボランティア活動」など、さまざまな活動をしている高齢者が、「元気」な傾向にあることが分かりました。加えて、心の健康を表す「主観的健康感」が満たされることで、「生活の満足度」も上がり、気持ちの前を向くことにより、毎日いきいきと生活することができると考えられます。

第1章 わたしのこと

「人生いきいき手帳」は、各章のテーマに沿って書き進めることで、自分の思いを整理できるようにになっています。

「元気」で暮らし続けるために、今の自分が興味のある活動を見つける手助けをします。興味・関心のある活動を探すための「始める一歩相談窓口」の一覧や、手軽に健康チェックができる「健康度見える化」コーナー

第2章 もしもの時は

「などを紹介しています。

同手帳の配布

市内在住の65歳以上の方が対象です。介護予防事業の教室などや高齢介護課、地域包括ケア推進課で配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

市制施行40周年記念キャッチフレーズ 「自然と優しさあふれる街、綾瀬」

今年11月1日に本市は、市制施行40周年を迎えます。この市制施行40周年を記念するキャッチフレーズを市民の皆さんから募集したところ、61作品の応募がありました。1月に投票を実施した結果、星野美幸さん(吉岡東在住)が応募した「自然と優しさあふれる街、綾瀬」に決定しました。

決定したキャッチフレーズは、市制施行40周年記念事業に関する啓発物品や各種印刷物、市ホームページなどに使用し、次の50周年に向けて歩み出す綾瀬市を積極的にPRしていきます。

☎秘書広報課 70・5648。

