

「まちづくり出前講座」始まりました

～「気づいてからでは遅い！あなたの生活習慣病」～



▲ 5月1日に開催された「まちづくり出前講座」

5月1日に、今年度初めての「まちづくり出前講座」が、蜂屋町の島之洞公民館で行われました。

「気づいてからでは遅い！あなたの生活習慣病」と題し、市保健師が講師となって、健康に関することを、クイズや手遊びを交えてわかりやすく説明しました。

今回の「まちづくり出前講座」は、島之洞の健寿会の集いに合わせて行われましたが、どのような理由で利用することになったのか、また、利用された感想を、島之洞の健寿会代表の大竹さん、参加された天野さんに聞いてみました。



大竹 哲さん
(蜂屋町)

■今後も利用していきたい

今日の講座は、体を動かしながら楽しめるように進めていただいたので、大変わかりやすく好評でした。

今日参加した会員の人には、何か一つでも健康管理について覚えて帰っていただければと思います。

島之洞の健寿会では、毎年、保健師さんに来てもらい、いろいろな話をさせていただいています。

今年も健寿会として、高齢者向けに何かできないかと市へ相談したところ、高齢者が特に関心のある「健康」についての出前講座があるという話を伺い、お願いすることになりました。

今までこのような講座は、太田や古井など大きな会場で行っていたと思いますが、われわれ高齢者の立場として

は、会場までが遠く、気軽に自転車や徒歩で出かけることができないために、参加する機会があまりありませんでした。

しかし「出前講座」は、地域の公民館など身近な場所を利用して、こちらの希望する講座が開催できるの

で、住民も気軽に参加できて大変よいと思います。

「出前講座」には、ほかにいろいろな種類の講座が用意されているので、健寿会の中で、定期的、例えば毎月1回利用してはどうか、との声もあがっています。

私は、今年から島之洞の健寿会の代表を務めることになりましたが、今後も「まちづくり出前講座」を利用していききたいと思っています。

今後、魅力のある講座（メニュー）を用意していただきたいと思います。



■「出前講座」大賛成です

私たちの場合、家の中にはかり閉じこもらず、外に出てこういう講座に参加することは大変よいことだと思っし、月1回やってもらえるとよいと思っています。

今まで、このような講座は、福祉会館などの大きな会場で行っていたと思いますが、蜂屋から会場までが遠く、行くだけでも大変でした。

しかし、こういう場所（地域の公民館）でこのような講座をやっていたらと、私たちも参加しやすく、集まりもよいと思います。

私は、「こういうこと（出前講座）をやっていたらと」に大賛成です。



天野 こずゑさん
(蜂屋町)