

いつまでも元気でいるために  
今日から介護予防を始めましょう!



寝たきりを防ぐには  
運動・栄養・社会参加が重要

「人生100年時代」と言われる今、「介護なし」で健康長寿を目指すには、日頃から健康づくりに取り組むことが大切です。介護予防には「運動・栄養・社会参加」が大切だといわれており、介護が必要になる主な要因としては、「認知症・骨折・脳血管疾患」などが挙げられます。

町民の皆さんの健康長寿を実現するために、町では運動や栄養・口腔の教室、認知症講演会、介護予防サポーター養成講座など、さまざまな介護予防事業を行っています。

また役場2階には、漕ぐだけで認知症予防運動を行うことができます。「コグニバイク」を設置しました(設置は2月末まで)。ぜひ積極的にご利用ください!



コグニバイク  
予約不要・無料

モニターに表示される問題を解きながらペダルを漕ぎ、足腰を鍛えることができます。  
平日 午前10時~正午、午後1時~3時



10月21日(日)に、寄中学校多目的ホールにて、お堀端クリニック高橋三津雄医師による講演会「認知症専門医の話の聞こえinやどりき」を開催しました。

松田いきいき元気の会  
「ひまわり健康教室」開始

町が主催する介護予防サポーター養成講座を修了された皆さんが立ち上げた「松田いきいき元気の会(辻村進一会长)」も、自らの健康と「地域の健康」の維持のために積極的に活動されています。

昨年11月からは、谷戸地域集会所を拠点として、同会による「ひまわり健康教室」が始まりました。20人ほどの参加者が楽しく体操を行っています。毎月第1・第3金曜日に開催し、どなたでも無料で参加できます。興味のある方はぜひ、のぞいてみてください。

【問い合わせ】  
福祉課 高齢介護係

☎(83)1226



ひまわり健康教室  
谷戸地域集会所にて 毎月第1・第3金曜  
午前10時30分~11時30分

横芝光町・姉妹町交流  
50年です!



藍染の横断幕の前で本山町長と握手を交わす佐藤晴彦町長(写真左)。



まつだ産業まつりの横芝光町ブースに、公式キャラクターの「よこぴー」も応援に駆け付けました。

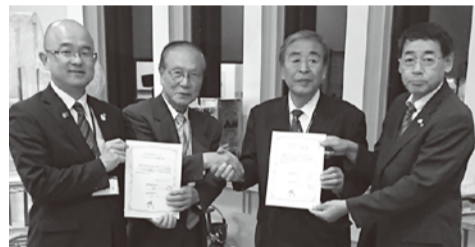
町の姉妹町である千葉県横芝光町との交流が今年で50年を迎えました。これを記念して、11月25日(日)まつだ産業まつり当日に、町役場にて本山町長と横芝光町の佐藤晴彦町長が「姉妹町盟約の推進宣言書」の署名を行いました。

この宣言書は、姉妹町として50年を迎えた松田町と横芝光町がこれから50年先も姉妹町としてお互いに輝き続けるために、社会、経済、文化、スポーツなどあらゆる分野の交流をさらに推進していくことを宣言するものです。

【問い合わせ】

政策推進課 経営戦略係  
☎(83)1222

佐賀県大町町とやどかり特産品交流について協定を締結  
松田町の特産品が佐賀県大町町で販売されます!



今後の協力を誓い、しっかりと握手を交わしました。(左から本山町長、足柄上商工会 瀬戸二郎郎会長、大町町商工会 藤瀬正男会長、大町町水川一哉町長)

佐賀県大町町(平成30年11月30日時点の人口は6,535人)佐賀県のほぼ中央に位置する、県内で最も小さい町です。かつては「杵島炭鉱」の企業城下町として栄えました。特産品/たるめん(炭鉱夫に愛されたショウガ風味の牛骨スープが特徴の麺類)、畳のへりで作られた小物など

さくら鱒の燻製や足柄茶をはじめとする町特産品の販路拡大を目的として、足柄上商工会松田支部(松田町商工振興会)では、佐賀県大町町商工会主催の「やどかりプロジェクト」について、同町商工会とパートナーシップ協定を締結しました。

海道岩見沢市・三重県鳥羽市・福島県喜多方市など5自治体と締結しており、松田町は6例目です。同町の水川一哉町長と商工会員の方など8人が来町され、11月20日(火)には松田山ハープ館で両町の特産品の試食会と、特産品交流調印式を実施しました。松田町の特産品は「おおまち情報プラザ」で、大町町の特産品は、新松田駅前の「まちの駅あしがら」で来春以降に販売予定です。

【問い合わせ】

足柄上商工会  
☎(83)3211

学生・ご高齢の方にとって重要な移動手段 路線バスを積極的に使いましょう

自家用車の普及や少子化の影響で路線バスの利用率が低迷し、バス路線の廃止や減便などが全国的な問題となっています。

バス路線が廃止されれば、車を運転されない方や、学生、ご高齢の方の移動手段がなくなります。今後もバス路線を維持し、利便性を高めるためには、私たち一人一人の積極的な利用

が不可欠です。バス路線存続のため、ぜひ利用しましょう。

町では富士急湘南バス株式会社と協力して、「バス通学定期券助成事業」や「高齢者バス定期券助成事業(まちなりバス65)」を行っており、引き続き、地域の足を確保します。

【問い合わせ】政策推進課 経営戦略係 ☎(83)1222