

☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

令和6年10月17日 VOL. 194

11名が元気はつらつシニア大賞を受賞されました！

令和6年9月28日（土）に、藤枝市民会館ホールで開催された、藤枝市健康福祉大会にて、長年にわたり、健康づくりや地域の活力向上等に積極的に取り組まれてきた以下の11名が「元気はつらつシニア大賞」を受賞されました。



👑受賞者11名👑

＜瀬戸谷地区＞	山崎昇様	＜青島地区＞	鍵山賢司様
＜稲葉地区＞	田中晃一様	＜青島地区＞	楠元喜太郎様
＜葉梨地区＞	吉永利夫様	＜高州地区＞	杉本哲男様
＜広幡地区＞	手島美智代様	＜大洲地区＞	河井光朗様
＜西益津地区＞	秋山一雄様	＜岡部地区＞	八木兼次様
＜藤枝地区＞	伊藤和美様		計11名

↑最高年齢（91歳）

代表の伊藤和美様

10年以上毎日欠かさずラジオ体操を行い、テレビ静岡からも取材を受けました！

★元気はつらつシニア大賞とは？★

長年にわたり、地域の活力を高める活動や自己管理による健康維持により、他の模範となる各地区から推薦された75歳以上の方に対し、その功績を讃える為の表彰です！

～対象者の条件～

- ・75歳以上の方
- ・介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方
- ・過去にこの表彰を受けたことのない方

藤ロコ体操
～藤枝ロコモ闘つとばし体操～



©FUJIEDA MYFC

健康福祉大会では、「ロコモティブシンドローム」や「口腔機能」「認知機能」に対する運動を取り入れ、介護予防に特化した「藤ロコ体操」を皆で行いました。

