

こうづチェックーこうづ体力・認知力チェックー令和7年度の報告

国際医療福祉大学 准教授 石井 秀明 氏

令和7年度は、元気クラブの参加者93名と公津地区の高齢者を併せて140名を超える方々が参加しました。

測定結果から見た地域の課題

全国平均に比べ、
①社会とのつながりが少ない
②口やからだの機能は高い

様々な機能が衰え始める入り口にいるため、地域の交流を深めることが重要

・社会とのつながりの低下は様々な機能の低下の入り口
・ドミノのように、機能が次々に低下しないように地域の交流を深める対策が重要



[フレイル予防ハンドブックを元に作成]

報告会の開催とこれから

測定結果は全員にお知らせするとともに、開催された報告会では「元気クラブ」や「WALKING MAP」など、日々の生活ですぐに活用していただける具体的な取り組みも紹介しました。こうづチェックは、これから数年にわたり毎年実施していく予定です。年に一度、ご自身の体と心の状態を振り返る大切な機会としてぜひ皆様のご参加をお待ちしております。



千葉県社会福祉協議会が取材に来ました！



令和8年6月4日、千葉県社会福祉協議会の5名が公津地区社会福祉協議会の取材に来ました。



公津の杜公園に集合した後、成田国際こども園までウォーキングしました。園児の熱烈的な歓迎を受けました。



その後保健福祉館に移動し、「こうづブリッジ」や「元気クラブ」などの地区社協の事業について意見交換を行いました。

＼ 楽しさいっぱい 笑顔いっぱい！ / 公津小学校1年生との「昔遊び体験」交流会



毎年恒例となっている公津小学校1年生との交流行事を、今年も1月に体育館にて開催しました。

◆当日の様子

体育館に5つの昔遊びコーナーを設置し、子どもたちはグループごとに前半・後半（各10分）で希望のコーナーを回りました。

どのコーナーでも、「できるようになろう！」と一生懸命に練習する子どもたちの姿と、それを温かく見守りコツを教える元気クラブの皆さんの楽しそうな笑顔が弾けていました。



世代を超えて元氣と笑顔を交換し合える、とても素敵な時間となりました。
ご協力いただいた会員の皆様、ありがとうございました！

令和8年3月11日

ふれあい・いきいきサロン 日帰りバスツアー 報告



今回は北須賀・船形・八代地区に居住の70歳以上の方々を対象に開催

天候にも恵まれ、大型バス2台で76名が参加し、大いに盛り上がりしました。



神崎町：イチゴ狩り



甘いイチゴに笑顔がこぼれました

大洗町：昼食とお喋り



海を見ながら、新鮮なお刺身とビールで親睦を深めました

めんたいパーク・那珂湊おさかな市場



買い物を楽しみました

次回のお知らせ

- この「ふれあい・いきいきサロン日帰りバスツアー」は、公津地区内の各エリアを4年おきに交代で巡る大切な交流事業です。
- 次回（令和9年3月）は、飯田町・江井須・大袋地区の皆さんを対象に開催予定です！ どうぞお楽しみに！

■ こうづウォーキングで 7月はボッチャ交流会を開催

日時 令和8年7月2日(木)

会場 国際医療福祉大学 体育館



7月のこうづウォーキングはボッチャ交流会としました。参加者はウォーキング参加者、リフレルーム、元気クラブの皆さん、スタッフなど合計44名でした。ラジオ体操と合唱の後、3面に分かれてボッチャを体験、笑顔あふれる交流の時間となりました。



■ 公津の杜小学校 福祉体験学習を開催

日時 令和8年7月9日(木)

会場 公津の杜小学校 体育館



今年度も公津の杜小学校体育館で福祉体験学習を開催しました。児童97名とスタッフ26名の合計123名が参加し、車イス、アイマスク、白杖の体験などを行いました。子どもたちは体験を通して相手の立場に立って考えることや思いやりの大切さを学んでいました。



編集後記

▲今号から広報の電子化に取り組んでいます。誌面作りもAI技術の助けを借りて、読みやすい誌面を提供するとともに、持続可能な広報誌発行にも努めます。

▲これからも地域の笑顔が広がる活動をお届けしていきます。



生田目	石橋	山下	小川	松室	野中	横山	川崎	吉岡	京須	中野	石井	秋山	萱野	綿貫	本多	木下	石原	江波戸	伊藤	富樫	篠原	丸田	多田	谷	小川	泉水	片寄
香代子	清巳	佳代	忠	由佳	澄江	新紀	嗣也	芳江	敏夫	孝子	和夫	静香	政光	譲	孝夫	勤	幸二	弘美	修一	誠	隆	広美	清政	亮子	和子	康男	秀聡
主任児童委員	主任児童委員	公津の杜6丁目・煌羅の杜	公津の杜5丁目	公津の杜4丁目(エルズモア)	公津の杜2丁目	公津の杜1丁目	宗吾台	宗吾(第2、第3)	飯仲(煌羅の杜除く)	並木町(東部)	並木町(中央)	並木町(ライオンズ)	並木町(北部)	並木町(南部)	東向台	旭ヶ丘自治会	飯田町(南部)	飯田町(東部)	飯田町(西部)	江弁須台、クラシード	江弁須	大袋	下方	台方	北須賀	船形	八代

令和8年度改選
民生委員・児童委員、主任児童委員

(編集委員) 阿部弥生・石原幸二・篠原 隆・谷 亮子・松室由佳・横山新紀