



# 高齢者クラブ 便り (都於郡6区)

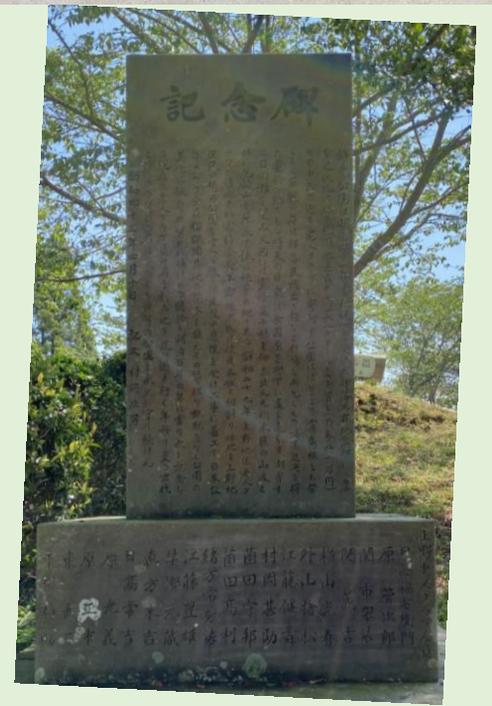


令和3年10月15日(金)、高齢者クラブ代表の平原盛行さんより出前講座の依頼を受け、都於郡6区 長園公民館に行ってきました。

上野高齢者クラブの令和3年度の活動目標は《喜(き)らくに明るい楽しいクラブ》。月初めと15日前後、毎月2回集まって、グランドゴルフや銚先公園の清掃活動など活発に活動を行っています。また、年に2回、《先輩方に感謝の気持ちを》ということで**友愛活動**も行っています。

毎月清掃が行われる銚先公園には、記念碑が建てられており、その石碑には、銚先公園の成り立ちや昭和29年に上野地区老人クラブが結成されたこと、そして《過ぎ行く年 移り変わる世代と共にクラブ員の名は変わるも我等の公園を永久に守り続けん》と刻まれています(詳細は裏面参照)。今年の5月30日の宮崎日日新聞には、この銚先公園に《米寿を前に鳥居を寄贈した関文明さんが掲載》されており、今回の訪問時、お会いすることができました。

出前講座では、**フレイル(虚弱)予防**には、①**社会参加**、②**栄養(口腔・食)** ③**運動の3本柱**が大切であることをお伝えしました。「次回も楽しみにしております」とのお声もいただいていますので、また、お邪魔させていただければと思っています。(裏面に続く)



# 出前講座でのアンケートへのご協力をありがとうございました！

●アンケート回答者 28名（男性11名、女性15名、未記入2名）

70代	80代	満足	やや満足	どちらでもない	やや不満	不満	未記入
8名	20名	23名	4名	0名	0名	0名	1名
29%	71%	82%	14%	0%	0%	0%	4%

## ●アンケートの声

・「大変良かった」「適切な対応で良かった」「大変分かりやすかった」「スライドでわかりやすく説明あり」「年に何回かお願いしたい」「良かったです」「とても良かったです」「毎朝20分程度の散歩をしています。まずまずの元気です。これからも頑張っていきたいと思います」

「親切な説明。データ量。適切な時間」

・「今後も継続を望む」「認知症についての講座をお願いします」「又来てください」「次回を楽しみにしております」「今後も講座に来て欲しいです」「大変良かったです」「自分が気にしていたお話を聞いて良かったです」「定期的な講座が欲しい。実行出来るよう考えて欲しい」「また聞かせてください」「地域全体に広めてほしい」「長寿で健康一（いち）」「とてもわかりやすく勉強になりました」「認知症予防について」

## 銚先公園記念碑の碑文です！

※一部、判読できない文字がありましたが、何度読んでも胸打たれます…。

銚先公園は明治41年官地拂下を受けた部落共有地の一部に（・）農業近代化に依る樹園地造成の為16ヘクタールを売買し（百参拾六万円）その中5万円を老人クラブに寄贈す  
公園には昔より霧島様をお祭り（し）早魃の年は部落民総出て鐘など打鳴し雨乞いしその結果慈雨を得た靈験の地である。晴天の日 東は長園原を眼下に遙か遠く黒潮寄す（る）日向灘を望み又西には靈峰高千穂を仰ぎ其又九州米良の山波と共に尾鈴山を見渡す誠に絶景の地である。  
昭和29年上野地区老人クラブが結成され當時会長平郡種次氏（・）役員各位と相計り此地を上野地区民の憩の公園なすべく後藤建設の応援を受け工事に着工す  
自来数年 クラブ会員 櫻躑躅（つつじ）其他の花木を植えその管理や施肥をなし公園の美化に献身の努力が続けらる時恰も（あたかも）明治百年の年に当り之を記念して現在の老人クラブ員の名を刻み之を建つ。

過ぎ行く年 移り変わる世代と共にクラブ員の名は変るとも我等の公園を永久に守り続けん。

昭和43年4月10日 記文 村岡次男

## 【発行元・問い合わせ先】 西都市生活支援体制整備協議会



GoogleMapで  
開催場所などを  
見ることができます！



●西都市全体（第1層）生活支援コーディネーター  
西都市社会福祉協議会

☎43-3160

●地区別（第2層）生活支援コーディネーター

（妻北・穂北・東米良）

西都市北地区地域包括支援センター

☎32-9595

（妻南・三納・三財・都於郡）

西都市南地区地域包括支援センター

☎41-0511

●西都市役所 健康管理課 地域包括ケア推進係

☎32-1028