



みなさん、こんにちは。健康長寿コーディネーターの伊藤です。今年度から川西圏域を担当しています。私は生まれも育ちも生粋の新居浜っ子です。生まれ育った川東、現在住んでいる上部はなじみがありますが、川西は知らない事が多いです。今回は、川西圏域の集いの場におじゃまし、色々な話を聞くことができましたので紹介します。

久保田

何か困っている事ありますかと聞いたところ…
交通手段について話が出ました！

「買い物は歩いて行ける」「自転車でも行っている」「バス停まで遠いけん歩いていくのが大変なんよ」「ポッチャの大会や老人会の行事も会場までのアシの段取りをみんなで考えるんよ」
みんなで出かける工夫をされていました。



西の土居



西の土居サロンの様子



ドライブが好きとの話から乗り物の話題に！

「買い物の荷物が多い時は車が便利なんよ」「運転免許返納して自転車に乗っている。最初は不便だったけど慣れるしかないんよ」「巡回する小型バスがあればいいのに」「シルバーカー興味あるわ」
最後にみなさん、スーパーや病院が近くにある地域に感謝していました。

高木

PPK 体操の後、雑談していると…

あいさつについて話題になりました！

「子どもたちの見守りをしている時はあいさつするけど、普段はあいさつしないし余計な話もしないんよ」「個人情報の問題もあるのだろう」

「自分からあいさつすることを続けてみる」と言われた方にみなさん納得されていたよう。

日頃から色々な話をされていてとても地域の事を考えている拠点です。



滝の宮

フレイル予防でやっていることについて話を聞かせてもらいました。

「油絵を描いて市展に出している」「組み木を作っている」「家庭菜園やっている」「米を作っている」
などさまざまなことを続けられている方が多いのにはびっくり！！健康維持のために多くの方が散歩やウォーキングをされていました。



『おしゃべリング』しませんか

おしゃべりしてみたい、聞いてみたい事があるという
みなさん、そこまでではないけれど
来てもええよというみなさん、ぜひ、ご連絡ください

川西圏域はこんなところ

| (R7. 4/1 現在) | 新居浜市 | 川西 | 新居浜 | 宮西 | 金子 | 金栄 | 惣開 | 若宮 |
|--------------|---------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| 人口(人) | 112,017 | 30,536 | 3,936 | 4,318 | 11,011 | 6,129 | 3,721 | 1,421 |
| 高齢者数(人) | 36,753 | 8,403 | 1,383 | 1,294 | 2,920 | 1,523 | 758 | 525 |
| 高齢化率 | 32.8% | 28.9% | 35.1% | 30.0% | 26.5% | 24.8% | 20.4% | 36.9% |



私が担当しました

健康長寿コーディネーター(川西圏域担当) 伊藤 いずみ