

ほくえい介護予防フェスタ 2025

本日は、ご案内の会を開催いたしましたところ、多くの方に参加していただき、感謝申し上げます。

10月で北栄町が誕生して、20周年となります。9月28日には、それを記念して、式典を行いますし、今回のこの事業もそうですが「町制施行20周年記念」として、いろいろな事業に取り組んでいます。これまでの20年の歩みを大切に、次の20年に向けた取り組みを行っているところです。

今回の介護予防フェスタは「みんなで脳活、みんなで予防～いいね！北栄町～」と題して、認知症の予防を中心に開催しました。講演では、鳥取大学の河月先生^{こうづき}を講師にお招きし、お話をいただきますし、パネルディスカッションでもお世話になります。先生には、既に令和6年度の「脳活クラブ」でお世話になっており、今日はその成果の発表もあるということで、楽しみにしましょう。また、この認知症の予防、そして介護予防にもつながると思いますが、働き盛りの健康づくりということで私の健康づくりのための体操を披露させていただきます。2月に縁あって、江府町の町長さんと体力測定を行い、6か月間体力づくりに励んできました。職員が町歌に合わせた体操を考案し、毎週2回、職員といっしょに体操を行ってきました。その成果は、8月26日に出ましたが、ほとんどの項目で体力が向上していて、5キロも体重が減りました。今回のフェスタのテーマにもありますが「みんなで」という言葉がキーワードでした。一人では続かなかったと思います。職員といっしょに体操を行い、今回の結果となったと思います。これからも継続していきたいと思ひますし、みなさんも家族、地域、みんなで取り組んでほしいと思ひます。

みなさまにもお願いがあります。本日の内容をぜひ、ご家族や友人等に復習の意味もこめて、お知らせください。そうすることで、認知症への理解、予防、対策が広がっていくと思ひます。

最後になりましたが、この会を開催するにあたり、ご尽力いただいた関係者のみなさまにお礼を申し上げますとともに、本日の会が、皆様にとって、実り多い会となりますことを祈念し、開会にあたってのごあいさつとします。

令和7年9月6日

北栄町長 手嶋俊樹