北栄町高齢者健康運動会

本日は、北栄町高齢者健康運動会の開催、おめでとうございます。

また、吉田会長さんをはじめ、老人クラブ連合会及び町内の老人クラブの運営にご尽力いただいているみなさま、感謝申し上げます。

さて、運動会の魅力は、日頃の運動不足の解消だけではありません。多くの方と交流できることにも大きな魅力があります。この運動会を通して、健康維持と仲間づくりにつながっていけばと思っています。

さて、本町の高齢者 65 歳以上の割合は、全体の約 38%、3 人に 1 人は高齢者となります。この数値は、県内では町村では 3 番目に低い。また、高齢者のうち、介護が必要な割合は約 15%で、7 人に 1 人の割合です。この数値は、県内で一番低い。北栄町は、比較的、若く、元気な高齢者が多くいることになります。これも、今回のように、運動会など積極的に参加して、外に出て、活動されている結果だと思います。

先月、百歳、米寿、金婚の表彰を行いました。百歳 11 名、金婚 52 組、米寿 66 名でした。ちなみに 100 歳以上は、現在 20 人で、最高齢は 106 歳です。3 日間、直接私の方からお邪魔させていただきました。みなさん、とてもお元気でいらっしゃいました。長生きの秘訣など聞きますと、共通して、歩いたり、農業したり、体を動かす習慣があることでした。本日、参加されている皆さんは、あまり心配はしていませんが、家に閉じこもりがちになると介護とか健康とか心配ですので、無理のない運動を続けていただいたと思います。そして、なるべく都合をつけて、いろんなイベントに参加していただいたらと思います。

本日の運動会、さわやかな汗をかいていただき、成功裡に終わりますよう、そして、良い思い出になりますよう願いまして、お祝いのあいさつとさせていただきます。

令和 8 年 10 月 7 日

北栄町長　手嶋俊樹