

素敵な介護予防サポーター（忠生第1高齢者支援センター）

今回は忠生第1高齢者支援センター区域で活躍されている介護予防サポーターさんにお話を聞きました。一回り歳が違うお二人ですが、活発に積極的な活動をされているのに関心しました。



♥ 岩崎 博（いわさき ひろし）さん

（講座修了：2015年9月）

- ♥ 広報まちだの「介護予防サポーター養成講座」に夫婦で参加したのが契機です。中華料理店を営んでいたので地域へのお返しになれたらと思いました。
- ▼ 色んな方と話すこと。例えば、活動推進会議でも自分の意見が通らないこともあります。そんな考えもあるのかと刺激になります。交流しているときが一番楽しいですね。
- 🍎 測定会チームに所属していて、自主活動支援推進のプリムローズの活動に参加しています。また、卓球を町田市内の色々なグループと続けています。
- 🌻 これからも身体を動かしたり、皆さんと交流をもって健康に活動していきたい。

これからサポーターになる方には、集まって話をするだけで、健康になり、頭も活発になるので、ぜひ積極的にやってほしいですね。

♥ 古川 千恵子（ふるかわ ちえこ）さん

（講座修了：2019年5月）

- ♥ ボッチャをやっていて、支援センターの職員から、広報まちだの「介護予防サポーター養成講座」の受講を勧められました。
- ▼ たくさんのサポーターの方々と知り合いになり、お互いに協力しあう中で生活がより豊かになり、近隣の方だけでなく幅広く交流しています。
- 🍎 ボッチャや町トレのグループ運営を行い、プリムローズやチームオレンジの活動にも参加しています。測定会チームにも所属し普及啓発講座のお手伝いなどもしています。
- 🌻 皆さんと元気でいつまでも、健康で活動を続けていきたいと思います。これからサポーターになる方には、やってみないとわからないことがありますから、ぜひやってみてくださいとお伝えしたいです。

