



明石市



高年クラブだより

第56号

発行 明石市高年クラブ連合会 明石市相生町2丁目7番12号 TEL (078) 911-5518
広報編集委員会
編集協力 株博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 TEL (06) 6797-0212



2021
HAPPY NEW YEAR
明石市高年クラブ連合会

本年もよろしくお祝いもうしあげます!



コロナウイルスとの共生で 健康な毎日を

明石市高年クラブ連合会
会長 河村 春喜

謹んで新年のお祝辞を申し上げます。
皆さまにおかれましては健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。明石市高年クラブ連合会は昨年、創立六十周年を迎えました。

会史によれば一九六〇年(昭和三十五年)に設立され「健康・友愛・奉仕」の三大基本理念のもと、県・市の指導と助成を受けながら、多岐にわたる活動を展開してきました。会員先達諸兄に感謝したいと思っております。これからも地域社会との共存を図り、会員の増強・若手会員の入会勧誘の促進など、次の十年に向けて英知を結集し、さらなる発展に努力していく所存です。引き続き皆さまのご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

さて、私も高齢者を取り巻く環境は大変厳しさを増しております。昨年二月に発生した新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、政府は「緊急事態宣言」を発出し、不要不急の外出の自粛や三密の回避等の感染予防策を公表したことにより、経済活動や市民の生活環境に大きな制約が生じました。

連合会では、感染防止のため、定期総会を始めとして、春のスポーツ大会や各種のイベントを中止してきました。また、感染拡大の影響で、外出

の自粛や地域活動など、人との接触を控える活動様式が広がりました。この「新しい生活様式」の中で運動不足が長期化して「健康状態」が悪化し免疫力の低下、また、人との接触を控える傾向が強まり、会話がなく「認知能力」が低下して、認知症患者や介護を必要とされる高齢者が増えております。

すでに、活動ができなくなった、介護施設に通っている等の事例を耳にしております。それによる退会者もあり、会員数の減少が続くのでは、と危惧しております。

感染症予防も、認知症予防も、介護を受けない健康も、すべてを旨とした日常生活を送りたいものです。

厳しい環境下ではありますが、「ウィズコロナ」コロナとの共生のもと、感染予防を前提として、外出や地域活動に努め、「健康づくり」「仲間づくり」への取り組みを進めていただくようお願い致します。

終わりになりましたが、皆さまにとって本年が健康で、幸多き年となりますよう、心からお祈りいたします。

永寿嘉福
長寿と幸運をお祈り申し上げます。