

# 平和町自治会だより

## 平成30年10月



右は、ホームページ<http://heiwa.weblog.tc>でQRコードです。

9/16は、山里小学校運動場で行われた山里地区青少年健全育成協議会の運動会では、山里地区の全自治会のなかで3位でした。大変いい成績でした。

### 1,いろいろな知識

#### ※老人の取り扱い

行動4:「私なんて、いても邪魔でしょ？」など、ネガティブな発言ばかりする。

老化:自分が誰の役にも立っていないことを、非常に気にしている。

頑張ってきた人ほど、今の状況に卑屈になる。

#### ◎周りの人がしがちな間違い:・ネガティブ発言を封じる

・「長生きさえしてもらえれば」と、安静にさせようとする

・本人たちの趣味を無視して、お遊戯でもさせればよいとする

#### ◎周りの人がすべき正しい行動

・やりたいことを、なるべくやらせてあげる。

・庭仕事など、身の危険が少なく、失敗しても被害が出にくい仕事をお願いする

・決まった時間にする作業をさせる

・自分が役立っていると実感できるようなことをさせる

・伴侶に先立たれて残された高齢者こそ、定期的に連絡をとるなどして、しっかり見守る。  
特に伴侶の死後1年間は要注意

・イライラそわそわしている時も、嚴重注意

#### ◎自分がこうならないために

・庭仕事など、「適度な運動」「ローリスク」「成果が実感できる」仕事をする

#### ◎自分がこうなったら

・周りに迷惑をかけない範囲で趣味を楽しむ

## 2. 今月のピースサロン

10/2(火)	北消防署からの話	10/23(火)	包括
10/9(火)	お手玉	10/30(火)	カラオケ・誕生会 (町内の福寿会)
10/16(火)	脳トレ		



9月11日 お笑いヨガ



9月18日 シャンシャン運動

## 3. 運動会

9/16(日)山里小学校運動場で「第35回 山里地区親睦大運動会」が開催されました。結果は総合3位でした。



## 4. 町内の年齢分布

敬老の日には、70才以上の方に町から敬老のお祝いをしました

年齢	人数	割合
90歳代	22	3%
80歳代	51	6%
70歳代	96	12%
60歳代	129	15%
50歳代	118	14%
40歳代	117	14%
30歳代	77	9%
20歳代	72	9%
10歳代	104	12%
10歳代以下	53	6%
計	839	100%



日本全体では、2020年は、女性の半数が50歳超え、2024年には国民の3人に1人が65歳を超えるようです