

# 議会だよりうな



## シリーズ第4回 地域の元気なおじーおばー

宇加地区 友寄良善さん(88歳)

毎朝の習慣は、ウォーキングと宇加地公民館にあるサロン「ゆんたく市場」で入れたてのモーニングコーヒーと仲間との語りです。

午後の仕事を終えた良善さんにとって、1日の締めくりに公民館職員とサクラ猫ミーちゃんに見守られながら、マッサージチェアでリラックスするのが楽しみのひとつになっています。

規則正しい生活リズムと地域で自分の役割を自覚することは、体調管理の意識向上だけでなく認知症予防に繋がっています。良善さんは幼い頃の戦争体験や戦後の生活をサロンで語りながら「世界の恒久平和」を強く願い、毎日地域の集いの場を明るく照らしてくれています。

記事提供：高齢者福祉係

大黒志保

記事担当：大城 保

### もくじ

- 一般会計補正予算(第2号) (第3号) P2~3
- 一般会計予算(第3号) P4
- トピックス P5~8
- 一般質問 P9~13
- 議会の動き P14