

# みんなですぽーつ

スポーツに関することなら体育指導委員に

みんなで創る総合型地域スポーツクラブ  
前月号に続き地域で活動されているクラブをご紹介します。

## はーと貴生川スポーツクラブ

平成14年8月に設立。会員数は現在162名で、8つの種目で活動しています。小学生対象には、スマイルスポーツ、陸上教室、夏のキャンプ等を行い、今年ハイキングで飯道山へ登りました。お楽しみ運動会やニュースポーツ大会、また講師を迎えての講演会、会員相互の親睦会を開催し



ています。また、体育館まで来ていただけないお年寄りには、こちらから出向いて行つての体操教室を開催しています。今後とも、地域に愛されるスポーツクラブに成長するよう会員の声を聞きながらスタッフ一同努力していきます。

連絡先 事務局 ☎ 63-33709

## 城山あいあいクラブ

昨年、2月25日に設立。水口地域の5つの小学校区で最後の立ち上げとなりました。クラブ会員は、98名と少ないですが、小学生対象のスマイルスポーツ教室と、2つの教室(毎週1回ずつ)を開いています。イベントは、年に4回の計画をしています。11月17日には『秋の山に登ろう』を開催しました。参加者のうち、小学生が大半だったので何回も下見を



重ねコースも試行錯誤しながら、金勝山から竜王山を経由して上桐生のルートで決定しました。当日は、秋晴れの最高の日で、子どもたちの驚きと喜びの声を聞いて、それまでの努力が報われ大変楽しい有意義な一日でした。また、素晴らしいイベントを企画しようという意欲が湧いてきました。

連絡先 事務局 ☎ 63-8177

◎興味のある方  
一度、遊びに来てください。

問い合わせ 生涯スポーツ課 スポーツ振興係  
☎ 86-8023 FAX 86-8380

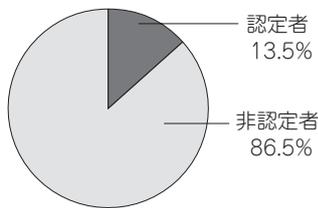
# 介護予防をはじめましょう!

## ◎甲賀市の介護保険の状況

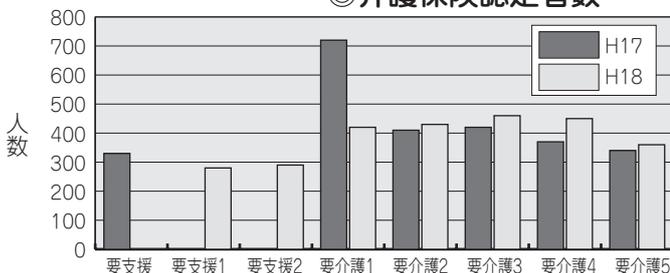
### 甲賀市の介護保険の状況は……

甲賀市の65歳以上の方(19,342人)のうち、13.5%(2,619人)の方が介護保険の認定を受けておられます。

### ◎65歳以上の要介護認定率 (平成19年3月)



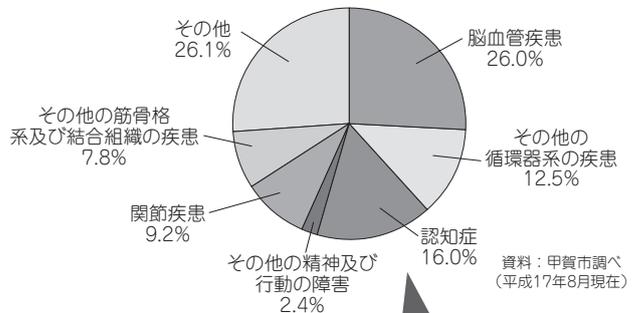
### ◎介護保険認定者数



### 介護が必要となった原因は……

甲賀市においては、主に脳血管疾患、認知症、関節疾患などの疾病が原因としてあげられます。

### ◎介護が必要となった原因は……



資料：甲賀市調べ (平成17年8月現在)

体や心の衰えは、元気な時のちょっとした生活の変化で起こり、放っておくとどんどん進んでしまいます。そのためいくつになっても体や頭を積極的に動かし、介護予防に取り組むことが大切です。