

三春駒の伝説にちなみ100体が揃いました

こまりん10周年を記念し実施した三春駒のPAINTINGコンテストの表彰式を特別賞6名の方にご参加いただき、三春だるま市に合わせて開催しました。

当日は三春駒の伝説にちなみ100体の三春駒が並び、本来の三春駒の色合いだけでなく、個性ある豊かな色合いの三春駒が勢揃いしました。

受賞された皆さんおめでとうございます。

受賞された皆さん(敬称略)

- ▶最優秀賞 和田 静香(三春町)
- ▶特別賞 渡辺 心優(三春町) 村上久美子(三春町)
- 八巻 和真(福島市) 村上 結音(三春町)
- 笹山友花里(三春町) 箭内 利枝(田村市)



受賞された皆さんによる記念撮影



最優秀賞：和田さんの三春駒

元気な高齢者を紹介します

佐藤テルヨさん(98歳)

元気のヒケツ!

◆ 令和6年 体力測定の結果 ◆

去年よりも改善しています!

握力	16.3 kg	昨年 13.1 kg	3m立ち回り	8.10 秒
5m歩行	4.56 秒	昨年 5.04 秒	5回立ち座り	9.46 秒

運動 毎朝20分の散歩。とにかくまめに動く!
『何事も継続が大事』

口腔ケア 3日に1回バタカラ体操と舌の体操。毎晩寝る前の歯磨きで、2本以外全て自分の歯!

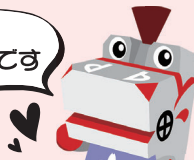
食事 しっかり動いてお口も健康だから、何でもおいしく食べられる!

社会参加 サロンに参加したり、大好きな花や野菜を育て、知り合いにおすそわけ。家族の手伝いなどして自分の役割をもっている。

モットー

謙虚に、感謝の気持ちを忘れないこと。一日に何回も『ありがとう』を言っている。

わたしも見習いたいです



こころを込めて育てたチューリップと

問 保健福祉課 地域ケア推進グループ
☎0247-62-5110