

熊谷市長とのランチミーティング

2016.06.15 12時～13時
千葉市役所（3階） 市長室

「シニアリーダー体操教室 桜木」

訪問者 7名



体操教室 桜木 訪問者



千葉市役所 玄関前

シニアリーダー 一期生	シニアリーダー 二期生
高橋 弥夫 (若松台三丁目)	小田嶋キヨ子 (若松台三丁目)
的場 裕子 (都賀)	伊藤 真知子 (桜木)
高橋 幸一 (若松台二丁目)	加藤 充子 (貝塚)
	萩原 美津枝 (加曾利)



体操教室 桜木の概要



- 1.開催日 毎週金曜日、3回/月
- 2.時 間 14時～15時 過ぎ
- 3.場 所 若葉区 桜木公民館
- 4.時間割
体操個別指導 20分
脳トレ・ゲーム 10分
DVD全体学習 30分
- 5.指導員 個別学習を7名が役割分担
骨盤・スクワット・腹筋・脳トレ

男女比率 9対1

登録会員 25人

年齢 65歳～80歳

市長のご挨拶と自己紹介



市役所の三階
市長室・執務室・秘書室・待合室



500円のお弁当
マカロニ・ひじき・海老ちり等





♪ 皆様とのお話を大変楽しみに
待っていました ♪



懇談会スナップ



♪ 聞き上手の市長に対し
皆さん輝いて話しました ♪



熊谷市長の主な発言と所感

市の職員7000人以外に民間の力を借りて、市民が社会を支えて行く姿は今後も強まって行く

介護保険料負担軽減と医療費の削減は緊急の課題、元気な高齢者を増やすことが市の望むところ

このシニアリーダーは千葉市が推進した事業の一環であり、千葉市が主催事業として行うものである

担当部署は実施状況をモニタリングを行うなどして、活動を積極的に支援しなければならない

市民の対話で
制度の改革

昼食会・出前講座
市長への手紙



公民館の利用については市民のアンケート等から、望ましい公民館の有り方を検討している(市長のマニフェスト)

開催候補の学校の空き教室は生徒のセキュリティーの点から平日は無理だが、土日はハードルが低い

ボランティア活動とは云え、運営に係わる多少の費用負担については今後検討して行きたい

この体操教室は特に新規開設が増えており、市政だよりでPRの協力依頼があったことを担当部署に伝える



市長待合室 南さんから面会の心得を



地下食堂 楽しかった~とコーヒーブレイク

Before・Afterのミーティング



定番の市長との記念写真



身長180cm・38歳は千葉市を力強く牽引中



帰りには皆さんとスキンシップを忘れずに



おゆみの中央病院

シニアリーダー講座

体操教室 桜木がステージです

お互いが楽しい時間を共有しよう!!
下半身を鍛えて健康寿命を延ばそう!!

