



ご近所とのおすそ分けやラジオ体操、グランドゴルフなどの仲間は、地域の皆さんにとって当たり前のお楽しみです。こうしたつながりは、お互いを気遣い、介護サービスに頼らず自宅で暮らし続けるための重要な鍵となります。「つながる通信」ではそういったささえ合いを「お宝」として、発信していきます。

取材先

◇強戸地区 成塚町

◇コロナ禍でもつながりを切らないグラウンドゴルフ



グラウンドゴルフに参加しているみなさん

とても楽しみになっています。

また、最高齢の柳利治さん（89才）は奥さんの光江さんと参加しています。利治さんは、あと4ヶ月で90才になりますが、とてもお元気でグラウンドゴルフの他にもサウナやゴルフ、パークゴルフにも参加しています。老人会会長の秋庭安雄さん（83才）は、「成塚町のグラウンドゴルフは勝敗にこだわらず、みんなが楽しめることが一番大事。」と話し、いくつになっても地域で元気に暮らしていく秘訣だと感じました。

◇移動販売車「フレッシュ便」



フレッシュ便でお買い物♪

いしはら
石原かほるさん 85才

また、ここに来ることで、普段の生活では顔をあまり合わせない人にも会えるので通っているという方もいらっしゃいました。普段、時間通りに来る方が遅くなると、どうしたのかなと心配する声が聞こえ、自然な見守りができていると感じました。お買い物に来ていた石原さんにお話を聞くと、家事とグラウンドゴルフが元気な秘訣！普段自転車で移動しているためフレッシュ便はとても助かっていると話していました。



成塚中央公園で行われていたグラウンドゴルフでしたが、新型コロナウイルスの影響で公園が使えなくなってしまいました。

地区の行事がほとんど中止になっている中、少しでも活動ができないかという思いから、成塚稲荷神社公園をグラウンドゴルフができるように整備して、月曜日と金曜日の週2回で始めました。

感染対策のため、毎回名簿を作り体温を記入しています。

67才～89才の方が参加し、体を動かしてお友達とおしゃべりをするのが、

地域のお宝発見～日頃の交流が支え合い活動～ 太田市生活支援体制整備事業

取材先

◇ 強戸地区 強戸ふれあいセンター

◇ 卓球で地区を超えてつながる「卓球ふれあいの会」



卓球ふれあいの会のメンバーのみなさん

この会は2000年から活動しており、今年で21年目になります。今年の3月から6月は、新型コロナウイルスの影響で活動がお休みになっていましたが、7月より検温、消毒を徹底して再開しました。強戸地区の方だけではなく、鳥之郷地区や宝泉地区、木崎地区など様々な地区から参加しているため、地区の交流の場にもなっています。

この会には、^{しみず}清水さん（84才）と^{あまがさ}天笠さん（84才）が参加しており、とてもお元気に活動しています。高齢になっても地域で元気に暮らしているお二人を同会のメンバーである^{やなぎ}柳さん（77才）は、「私の目標です。私もお二人のようになりたいです。」とお話していました。

また、^{はらしま}原島さん（77才）は、活動が始まった当時から参加しています。スポーツが苦手だった原島さんでしたが、参加をしてみると色々な地区の人たちと交流できることでお友達が増え、参加して良かったと感じています。

体を動かすことで健康維持につながることはもちろん、卓球もおしゃべりしながらする人、真剣に打ち合いをする人と各々のペースでみなさん活動をしています。30分ごとに休憩を挟み、そこではおしゃべりを楽しんでいます。最近では、おしゃべりの方がメインになっているようです。

みなさんが楽しく、緩やかに活動をすることが20年以上会が続いている秘訣だと感じました。

◇ 『つながる通信』は太田市社会福祉協議会のホームページ<https://otashakyo.jp/>に掲載しております

☆チェックポイント

- ・ コロナ禍だからこそ健康を意識し、友人とのつながりを切らない
- ・ 地区を超えた交流で広いつながりづくりができる
- ・ 年齢を重ねても楽しく、地域で暮らす

お問合せ

太田市社会福祉協議会 地域福祉係

〒373-0817 群馬県太田市飯塚町1549

電話 0276-30-0033 FAX 0276-30-0032