太田市社会福祉協議会
広報紙
つながる通信
Vol.19
発行日
2020年11月27日

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営みです。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

◇ 韮川地区　矢場新町

男の珈琲タイム

◇ ソーシャルディスタンスを保って席を設置

◇ 珈琲とお茶菓子はセルフサービス

4名の方をご紹介します

元気の秘訣はなんですか？

なかおあきひろ
中尾彰宏さん（76才）

○楽団アンサンブルルーデンス（会員22名）に所属しています。担当の楽器は「ビオラ」で、毎週日曜日に合奏の練習をしています。
○アルバイトで週３～４日は仕事をしています。健康のため自転車で通勤しています。
○今、一番大切にしているのは信仰で、学びたいことがたくさんあります。

生涯現役のピンピンコロリでがんばります！

いなはらしょうへい
稲原昇平さん（８０才）

○週４～５日はジムへ通い、スイミングと筋トレをしています。
鍛え上げた腹筋がご自慢です！
○ハイキングクラブへ所属し、若いころから北アルプスに魅了され、群馬へ引っ越ししてからは、谷川や穂高へ通っていました。現在は、赤城山や唐沢へよく出かけるそうです。クラブでは教育部で山の歩き方の指導をしています。
○自転車や水彩画のスケッチ、庭の手入れも趣味、と話してくれました。

体を鍛え、若い頃の体型を維持することが元気の秘訣！

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

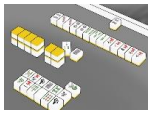
よしおかひでお
吉岡秀男さん（79才）

○仲間と便利屋さんをしていて、雨の日以外は仕事をしています。仕事だけど仲間と過ごす時間は楽しい。
○ひとり暮らしなので、グランドゴルフなど地域の行事にはなるべく参加しています。
近くに住む娘が食事を冷蔵庫に常備してくれるから安心だね。

取材当日、グランドゴルフに娘さんとお孫さん（２才）が公園に遊びに来ていました。

あだちたくぞう
安達卓三さん（85才）

○朝６時３０分～のラジオ体操に参加して、ウォーキングをしています。週３回のグランドゴルフにも参加。
○月２～３回仲間がいて麻雀をしてます。手先と頭の運動になるそうです！
○「お互い、多少認知症の症状が出てきても受け入れていこうと思う。自分もなるかもしれないからね！」
お互いに補い合って
楽しく過ごすことが、これからは大事！



矢場新町では、週３回グランドゴルフを開催しています。珈琲タイムの前にも開催されました。

「地区の行事は中止にはしない。感染症対策をしっかりとして、開催したい。」と意気込みを話してくれました。

矢場新町 天田伸夫区長

チェックポイント

◇男性が気兼ねなく集える場は、無理なく地域とのつながりを保つ！

奥さんを先に亡くされた一人暮らしの男性。取材をしているとよく遭遇します。７０才を過ぎると、少し寂しさを漏らす方も・・・。
そんな方たちとお話をしていると「地域とのつながりが大事」と、うすうす理解している方たちばかりです。
地域でこのように無理なく集える場所があることは、まさに「地域のお宝」です！

※次回の開催は、若い世代の方が参加できるよう日曜日に開催するそうです。

◇『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/に掲載しています。

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