



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

## ◇ 下小林グランドゴルフ「友遊会」



友遊会メンバーの写真



グランドゴルフを楽しむ様子

## ◇ 「始まり」と「きっかけ」

この友遊会は、イオンがオープンするときに小さな公園が作られ、その場所でグランドゴルフをみんなで楽しむために立ち上げた会です。

公園を使用するうえで芝の管理や芝刈りなど定期的に行いプレーを楽しんでいます。

## ◇ 活動について

毎週火曜と金曜の週二回行っていて金曜日はイオンの森で行っています。時間は9時から10時半ぐらいまで参加者は下小林町の人に限らず、龍舞町や他の地区の人でも参加できるようになったことで、今は毎回10人前後の人が集まってグランドゴルフを楽しんでいます。メンバー同士でも友遊会として年に一度は皆さんで旅行に出掛けたり、グランドゴルフで知り合った中でも親睦を深めています。

昔とは違って地域の活動を維持していくのは難しい時代なので、このような形で地区の垣根を越えて参加出来る会があると、地域の高齢者にとっても活動の場、交流の場が増えて、地域のつながりを作っていく上ではとても良いことだと改めて感じました。

## チェックポイント

- ・ グランドゴルフをきっかけに様々なつながりが生まれる
- ・ 3密やマスク等コロナ対策を講じながらプレーを楽しむ
- ・ 地区の垣根を越えて交流の場が広がる

## 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

# 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

### ◇ 大島二区「なごみの会」

#### ◇ 立ち上げの経緯と活動について

立ち上げは約20年前で、当時は「松声会」という名前で活動をしていました。会員も100名おり、年に2回旅行へ行ったりしていました。

3、4年前に松声会は解散しましたが、少人数（25名程度）で現在の「なごみの会」として再開し、おしゃべりやカラオケを楽しんでいます。

活動は毎週火曜日の10時から。新型コロナウイルス感染予防対策の影響からこの日は来れる人で10名が集まりました。対策として、部屋の窓を全開にして、椅子の配置も一定の距離を保ちながら活動しています。



おしゃべりを楽しむ「なごみの会」のメンバー

#### ◇ コロナに負けないつながり！

笑顔いっぱいの田村すみ子さん（85才）は最高齢と感じさせない明るさでおしゃべりを楽しみ、カラオケが始まれば、川崎副会長（79才）や中村幸雄さん（79才）は高得点を連発していました。

この会の名付け親でもある金子房江さん（77才）は休止中もコロナに負けず何かできることからと、携帯で電話やメールを送って安否確認をしたり、生活のリズムが崩れないように姉が営むイチゴ農家の作業を早朝から手伝っていました。新型コロナウイルスの流行前に偶然マスクを購入していたこともあり、家族をはじめ、困っている友人に配りながら会話をしたり、そのお礼に手作りマスクを貰ったりして、コロナに負けないつながりがあったと話します。この会の他にも「なごみの会」のメンバーはつながっていて、この日は川崎副会長の自宅で実ったびわや、他にもメンバーが持参したお菓子や野菜は、事前におすそ分けしたり、同じにならないようにと打合せ（連絡の取り合い）をして決めました。

皆さん「何も飾らない、このようなつながりはとても大切」とおっしゃっていました。

川崎副会長の自宅で実ったびわと金子さん



職員と会話する田村さん



カラオケを楽しむ中村さん

## チェックポイント

- ・笑うことが一番。笑うことが一番の免疫力でフレイル予防にもなる
- ・メールや電話だけでなく、感染症対策を講じながら、直接会って会話する
- ・定期的に会うことで安心感や見守りにつながる

