



「みなさんは、日々の暮らしの中に気の合う仲間やお友達がいますか？」

5年後、10年後に向けて「住みやすい、住んでいてよかった。」と思える
人と人の「つながりのある地域」をめざし「地域のお宝」としてご紹介していきます。

綿打地区 上江田いきいきサロン



❀❀❀❀❀❀❀❀❀ **つながりを切らさず、みんなで元気に!!** ❀❀❀❀❀❀❀❀❀

上江田地区のいきいきサロンは年6回開催されています。民生委員を中心に上江田カラオケ愛好会（つながる通信Vol.82掲載）のメンバーがボランティアとして活動をサポート。たくさんの笑顔と楽しいおしゃべりの声が響くあたたかい地域の居場所です。

6回のいきいきサロンのうち4回はグラウンドゴルフが行われています。グラウンドゴルフは歩きながら安全に体を動かすことができ、身近で取り組みやすいことから取り入れました。事前に道具を借りて準備し、経験がない人でも気軽に参加できるような工夫をしています。

ほか2回のいきいきサロンでは上江田集会所で健康体操や忘年会などを開催。いきいきサロンが仲間づくりの場、つながりを続ける場となっています。楽しい時間を多く設けるために令和6年からは毎月開催となります。

地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～



笑顔がいっぱい!上江田いきいきサロンのみなさんにお話を聞きました!

地域で元気に暮らし続けるお手伝いを!

民生委員 ^{えだ かずよ} 江田 和代さん 68歳

どうしたら元気でいられるか、民生委員の活動を通して地域の皆さんから学ばせてもらっています。
これからは介護保険に頼らず地域で元気に過ごすことが大事。
その手助けをしたいと思っています。



いきいきサロンが出掛けるきっかけに!

^{すかわ ともよ} 須川 有代さん 83歳

農業が忙しく、あまり出掛けることがありませんが、いきいきサロンが外に出るきっかけになります。
毎回とても楽しくて出掛ける場所があるっていいなと思います。



趣味も一緒のお茶飲み友達!!

^{あおき まつえ} 左 青木 松江さん 85歳

^{かんの みちこ} 右 菅野 光千子さん 80歳
40年来の友達です!

お互いの家を行き来してお茶を飲んでおしゃべりしたり、一緒に週1回グラウンドゴルフをしたり、カラオケの会で月3回カラオケを楽しんだり、仲良く元気に楽しく過ごしています!



☆チェックポイント☆

コロナ禍でも、いきいきサロンを継続してきたことで参加者が少しずつ増え、地域の輪が広がっています。
みなさん積極的にお互いの良いところを声に出して褒め合います。
気持ちが明るくなるような声掛けをみんなで行い、心身ともに元気になれる場所となっています。



地域福祉係のInstagram(インスタグラム)を開設しました!

市内の地域福祉を推進するため、各種事業情報や「地域のお宝」について発信しています。
フォローやいいね!など、是非よろしくお願ひします! [こちらを読み取ってください!](#) →→

