



「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、人と人との「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。

鳥之郷地区

城西町のお散歩3人組



 **日常のつながりは
あなたのお宝です。**

今回ご紹介させていただく方は、左から
関口静枝さん（84歳）、山浦紀子さん
（83歳）、中村幸江さん（79歳）です。
普段から地域の行事やグラウンドゴルフに
参加しています。

出会ったきっかけは、七ツ塚公園で行わ
れているグラウンドゴルフでした。活動を通
して仲良くなり、空いている時間に一緒に
散歩をするようになりました。

3人のお散歩は「日常のつながり」であ
り、そのつながりが**元気で、楽しく、毎日**
過ごせる秘訣となっています。



毎週月・火・木の9時～
11時頃まで楽しんでいます。

地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～

太田市社会福祉協議会

広報紙 つながる通信



Vol. 84

発行日
2022年9月30日

人とつながりは「地域のお宝」で、お互い「顔」の見える関係から始まる支え合い活動です。サークル活動、趣味の仲間、ご近所さんとのお集まり、お茶飲み仲間などは、5年後、10年後の人生を豊かに過ごすための鍵となります。
あなたの今のつながりを「支え合い活動」として意識してみてください。

取材先

鳥之郷地区 城西町のグラウンドゴルフ



区長さんとグラウンドゴルフのメンバーの皆さん

城西町地区ではセツ塚公園を利用してグラウンドゴルフが活発に行われています。毎週月、火、木曜日の8時半を過ぎるとメンバーが段々と集まり始め、まずは芝生の手入れや公園の周りに植栽された植物の手入れを行います。芝生が一面に広がった大きな公園ですが、とても綺麗に整備されており、皆さん心地良くグラウンドゴルフを楽しんでいます。

名もなき会

それでもみんなが集まる理由

こちらの会は、名前がありません。その為もあるか、会長もいません。それがこちらに参加している皆さんのスタイルです。「できることをみんなで作っていく。自然と得意なことや苦手なことを共有し、誰にも負担を背負わせすぎないよう、みんながフラットな立ち位置で楽しんでいます。」

ウラ面も見てね！

結婚した生でグラウンドゴルフを楽しんでいます！

セツ塚公園のグラウンドゴルフは令和4年9月に発行された『つながる通信 Vol.84』で紹介させていただきました。

皆さん、元気にプレイしており、充実した時間を過ごされています。



ナイスショット！



3人組の皆さんに感想を伺いました。

社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入口。仲間と一緒にグラウンドゴルフやお散歩を楽しむことは、フレイル予防につながり、健康寿命を延ばす助けになります。



中村さん

1人では中々続けられないけれど、3人で一緒だと楽しくできる。健康のためだけでなく、一緒におしゃべりできることが大切です。

もともと、健康のために散歩をしていましたが、3人で歩くと話も弾み、楽しいです。



山浦さん

2人と知り合えなかったら寂しかったと思う。グラウンドゴルフで仲間ができて良かったです。

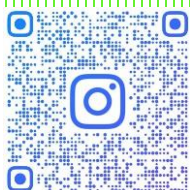


関口さん

蛇川親水公園を散歩しています。



地域福祉系の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、是非よろしく願いします！



お問い合わせ

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

TEL 0276-46-6208 FAX 0276-46-6229