



「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。」と思える人々との「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。

綿打地区

下田中いきいきサロン



参加者もボランティアも！みんなが元気になれる場所

下田中いきいきサロンは月1回、下田中集会所で開催されています。地区内の65歳以上の人なら誰でも参加可能です。

楽しくおしゃべりしながら健康体操を行ったり、歌を歌って楽しんだり、朗読で発声したり、リフレッシュしながら心身の機能維持につながるよう工夫された内容になっています。

コロナ禍は開催を休止していましたが、地域の人々が外に出る機会が減ることを危惧して令和4年11月から再開しました。

参加者にお話を伺うと、健康のために集会所まで歩いて来る人が多く、途中で会った人や、駐車場で合流した人同士の賑やかなおしゃべりが集会所の中まで聞こえてくるほど！「下田中いきいきサロン」は、笑顔と絆がたくさん詰まった、あたたかい地域の居場所となっています。



地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～



ひとりひとりが主役!みんなで楽しむ集いの場



健康体操



朗読

朗読は「1分朗読」という本の中から毎回違うお話を選んで行っています。取材日のお話は「怪人二十面相」

最初に民生委員が1人で朗読。続いて参加者とボランティアも、みんなで声を合わせて読んでいきます。

文章を目で追いながら大きい声を出して朗読することが、脳トレや嚥下機能の維持につながると言われています。情景を思い浮かべたり、お話に心を動かされることで思考力が鍛えられ、脳が活性化されます。

怪人二十面相

江戸川乱歩

「二十面相」というのは、毎日毎日、新聞記事にきわまっている、ふしぎな盗賊のあだ名です。その賊は二十のまったくちがった顔を持っているといわれていました。つまり、変装がとびきりじょうずなのです。

「二十面相」というのは、毎日毎日、新聞記事にきわまっている、ふしぎな盗賊のあだ名です。その賊は二十のまったくちがった顔を持っているといわれていました。つまり、変装がとびきりじょうずなのです。

「二十面相」というのは、毎日毎日、新聞記事にきわまっている、ふしぎな盗賊のあだ名です。その賊は二十のまったくちがった顔を持っているといわれていました。つまり、変装がとびきりじょうずなのです。

リース作りの様子

取材日はリース作りも行われました!飾りの花や実は民生委員宅の庭にあったものを!松ぼっくりやどんぐりは、ボランティアが公園や広場で拾い集めました。様々な知恵と工夫で素敵なリースができあがりしました!



チェックポイント

いきいきサロンの開催を楽しみに毎回たくさんの方が集会所を訪れます。地域の仲間と顔を合わせて、楽しいおしゃべりや情報交換が行われる「いきいきクラブ」の活動は参加者もボランティアも元気になれる「笑顔をつなぐ」活動です。

地域のお宝情報を募集しています!
「私の近所でこんな取り組みをしている」「こんな工夫をして気にかけている」など、あなたの地域のつながりを教えてください。情報をお持ちの方は下記お問い合わせまでお願いします!



つながる通信はこちら!
Instagramはこちら!⇒

