



人生が100年に延びる現代、住み慣れた地域で自分らしく生きていくためには、地域の人々と顔が見える関係を築き、お互いに支え合うことが大切です。サークル活動や趣味の仲間、近所付き合いやお茶飲み仲間など、人と人とのなかりは「**地域のお宝**」であり、楽しく生きるための力になります。今回は、そんな地域の交流（地域のお宝）について紹介します。

毛里田地区「ダンベル体操」



「ダンベル体操」の会は、毎週第2・第4火曜日に緑町集会所で活動しています。集会所は少し小高い場所にあり、周りを緑に囲まれた、静かで環境が整った場所にあります。ダンベル体操を通じて、会員さん同士が楽しくお話ししたり、情報交換しながら、地域でいきいきと過ごしています！

地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～



興味のある方は是非、お立ち寄りください



ダンベル体操だけではなく、色々な動きを取り入れて身体をほぐしていきます！音楽に合わせてながら、ダンベル体操開始！！皆さん笑顔でとても楽しそうです。



7～8年通っています。ここに来るとみんなと話せて楽しいです！

村岡 二三江さん（84歳）



老々介護で大変な事もありますが、ここ来ると気分転換できます！

石坂 ムラ子さん（79歳）



長年通っています。体も動かせて、情報交換できて楽しいです！

坂本 はつ子さん（74歳）



坂本さんに誘ってもらい始めました。ここは女子会のように楽しいです！

森田 照子さん（71歳）



友達に誘ってもらい始めました。みんなと話せて楽しく活動できます！

藤澤 千鶴子さん（71歳）



まだ1年ですが、お手本となるいきいきとした女性がたくさんいるので元気をもらえます！

村岡 稔江さん（67歳）



★この会には深田容子さん（71歳）も在籍していますが、現在はお休みしています。



この会は20年もの長い期間、緑町で続いています。メンバーが少しずつ入れ替わり、年代が違ふ女性達が集う**地域の「居場所」**となっています。このような「居場所」が増えれば、住み慣れた地域でいきいきと暮らすことができるのではないのでしょうか。

地域福祉係のInstagramを開設しました♪
市内の地域福祉を推進をするため、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、是非よろしく願います！
[こちらを読み取ってください！→](#)



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