



人とのつながりは、「**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、ご近所さんとのお裾分け、
お茶飲み仲間は、5年後、10年後の**人生を豊かに過ごすための糧**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。



休泊地区 下小林カラオケ愛好会



下小林カラオケ愛好会は、平成
元年に区民会館が建設されて以
来、コロナ禍の期間を除き、**地域
のつながりの場**として長年活動
を続けてきました。現在会員は、73歳
から91歳までの14名で、下小林
町を中心に、竜内や茂木町からも
参加し、**交流を深めています**。

カラオケ愛好会の会場の様子



開催日時は毎週金曜日の午後1時30分からで
す。下小林区民会館にあるカラオケセットを使い、
参加者が順番に2曲ずつ好きな歌を披露し、お茶
菓子を囲みながらおしゃべりを楽しみ、約2時間
和やかに過ごしています。カラオケ以外にも忘年会・
新年会を開催するほか、年に1回の親睦旅行も実
施しています。この日は、区長の橋本始さんも参加
し、会場は一層のにぎわいを見せていました。

歌を聴きながら談笑する様子



地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～



下小林町一区区長
橋本 始さん

「下小林町一区では、カラオケ以外にも顔を合わせる機会を増やしたいと考えています。また、区民運動会やお祭りなどの地区行事にも、できるだけ多くの方に参加していただきたいです」と話します。

カラオケのいいところ

カラオケをきっかけに仲間と集まることで、人との交流が生まれ、社会参加のきっかけ（孤独感の軽減）にもなる。

口や喉の筋肉を使うことで、飲み込む力の衰え防止につながる。

大きな声を出すことでストレス発散になると同時に、好きな歌を歌うことで気持ちが明るくなる。

カラオケ



☆参加者のみなさんからお話を伺いました☆



廣田 武夫さん

竜内から参加し、今年度の会長を務めています。カラオケには平成27年10月から参加しており、「大きな声を出すことはストレス発散や健康にも良いこと。家では声を出せないで、ここへ来るのが楽しみです」と話します。

今も現役で「長谷川美容室」を切り盛りしています。カラオケのほか、太極拳や、少し前までは銀細工を習うために桐生市まで通っていました。「毎日が勉強。どのように生きるか、死ぬまで勉強です」と話します。



長谷川 光子さん

孝男さんのお兄さんで、平成17年からカラオケに参加しています。昨年度は会長を、今年度は会計を務め、カラオケ会を盛り上げてくれています。



林 政明さん



林 孝男さん

2年前にお兄さんに誘われて入会。「以前、病気をした影響で声が出しづらかったが、このカラオケ会のおかげで、少しずつ声が出るようになりました」と話します。



長谷川 隆次さん

最高齢の91歳。カラオケには発足当初から参加しています。「コロナ禍の数年間是谁とも会えず弱ってしまいましたが、今は会の仲間のおかげで元気でいられます」と話します。

カラオケには平成3年から参加しています。カラオケのほか、少しでも元気でいられるようにと、45年前からウォーキングを続け、20年前からはパソコン教室にも通っています。



吉田 茂雄さん

check 今年の夏は猛暑が続き、自宅にこもりがちになることも多い中、下小林カラオケ愛好会は、参加者にとって外出のきっかけとなっています。また、仲間と集まり、お互いの歌を聴き合いながら楽しい時間を共有することで、年齢や性別を問わず、誰でも気軽に参加できる「居場所」となっています。

★あなたの地域のお宝情報を募集しています！
「私の近所では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右記お問い合わせまでお願いします。

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



つながる通信
バックナンバー