



# おじゃまします

=無理なく、楽しく 16年= 「ほのぼの」の集い

竜角寺台地区で開催されているサロンのひとつ、「ほのぼの」の集いに参加してきました。このサロンは平成13年から始まり、今年の9月で167回になります。栄町を愛する女性の会の竜角寺台地区会のメンバーの方が運営しています。スタート時は竜角寺台に住む会員同士が交流を持ち、楽しく過ごしたいという思いでした。そのうち地域にいる高齢の方達にお声かけして今のような地域の憩いの場所になってきました。会員が出来る範囲で、無理をしない。この場所は参加者だけではなく会員にとっても必要な場所という思いを持ち続けることで16年という長きにわたり続けてこられたそうです。地区会の会員は現在16名。毎回2、3人の当番制で企画、準備、食事、保険など担当します。無理のない内容で・・・。

9月20日(水)サロンにおじゃましました。初めに介護保険のしくみのお話があり、次にヨガをやっている島崎紀子先生の座ったままの体操を10分程度行いました。タオルを使った体操は簡単ですが、少し汗ばむくらいでした。先生の「笑顔で大きなためいきをつくことは呼吸法につながりますよ」という言葉はなるほど・・・説得力があります。83才の方が音頭取りで指体操が始まります。歌遊びとともに大いに盛り上がりました。その後も各テーブルで各々楽しそうにおしゃべりが始まり、大きな笑い声が聞こえます。スタッフも参加者も自然体で楽に関わっているのがわかります。昼食は以前から希望のあった釜飯。皆さん食欲旺盛です。30名の参加者のうち10名ほどが80代90代です。80代の方は「みんなと会えるのが楽しみ。歩いて15分で来るよ。竜角寺台にはこういうサロンが沢山あり、とてもうれしいです。」と話されました。ビンゴゲーム、お誕生会を行いお開きになりました。

代表の吉田さんは「よく来て下さったと感謝の気持ちでいっぱいになります。1人でも多く参加してうんと笑ってほしい。今後だんだん歩くのが大変になり、送迎が課題です。」と話されました。高齢者の送迎は一団体の問題だけではなく、いろいろな場面での町の大きな課題になると思います。知恵を出し合っているいい方法を考えたいですね。「ほのぼの」の集いへのお問合せは 吉田さんまで 85-0012



おしゃべりは楽しいね!



釜飯おいしいね!



指体操で脳トレ!

## ☆☆中学生ボランティア45名☆☆

## =住民活動ふれあいまつり2017=

- |       |       |       |      |      |       |        |
|-------|-------|-------|------|------|-------|--------|
| 長谷川光優 | 立岡光咲  | 満仲夏海  | 齋藤乃彩 | 金子真優 | 大川穂乃果 | 加藤千奈   |
| 細井沙彩  | 村田彩心  | 石井翠   | 篠塚美来 | 朝倉陸斗 | 岩戸駿介  | 清水オビオマ |
| 大藤慧梧  | 海老原義晴 | 天坂優希  | 森和樹  | 高梨里菜 | 坂本ひまり | 北村歩夏   |
| 小関祥太  | 中本航河  | 山田美咲  | 伊橋にこ | 篠原総士 | 新目裕亮  | 朝比奈太陽  |
| 川口遥   | 天坂奏海  | 小川沙由美 | 小野愛佳 | 石井翔  | 長根太河  | 臼井大    |
| 石黒太一  | 今田敦士  | 塩田海友  | 新海滉大 | 早野凜  | 田中萌   | 押木悦郎   |
| 島根侑希  | 佐野晴斗  | 宮本湧斗  |      |      |       |        |

<敬称略 順不同>

商品:日本食研ホールディングス(株)・(株)紀文食品東京工場・みゅーじかるを支える会

まつりボランティア:栄町立栄中学校・校友会・個人ボランティア

広報:(株)エリート情報社・(株)広域高速ネット二九六・広報さかえ・月刊ぐるっと千葉

もったいない陶器市・文庫本市等:町民の皆さま

<敬称略 順不同>

支援、協力ありがとうございました