

活動報告①

(豊崎シニアクラブ)

豊崎ゆんたく会



発表者：安里京子（豊崎シニアクラブ会長）

①豊崎の特徴

市内48地区
中1番若い

- 人口 5,280人
- 65歳以上の高齢者 413人
- 高齢化率 7.8% (令和3年5月末データ)
- 「21世紀の街」として誕生した新興住宅地。
あしびなー、トミトン、道の駅、イーアス沖縄など
商業施設が立ち並び観光客も多い。市内で1番
若い地域だが、65歳以上の高齢者数は多い。



②豊崎ゆんたく会を始めたきっかけ・時期

平成24年に「豊崎シニアクラブ（老人会）」結成と同時に「豊崎ゆんたく会」を立ち上げ。豊崎は県外からの移住者や市内外の方も多く、顔見知りがない。ここで皆が顔見知りになれるような居場所をつくりたい！安心・安全な住まいをつくりたい！との思いで立ち上げた。

③ゆんたく会の活動

時間：毎週木曜日 / 10時～12時

場所：豊崎自治会集会所

内容：好きな事をやる！老人会・自治会などのお知らせ、折り紙や手工芸などモノ作り、体操、踊り、カラオケなどを楽しむ。

ゆんたく以外の
の趣味を作り
たい♪



④ゆんたく会の様子

情報など
お知らせ



モノ作り



沖縄音楽にのせて体操や踊り



DVDを見ながら体操



コロナ前は、豊崎で結舞踊を教えている上地先生を中心に
みんなで体操・踊り♪座安駐在所の巡査長も時々参加♡

⑤ コロナ禍、活動を再開したきっかけ

自治会の役員会で「コロナ禍の活動は休会しよう」と、4～5ヶ月お休みが続いた。長い休会中、ゆんたく会の参加者から「いつ再開するの?」、「いつ会える?」、「動く機会がなくなって病院に行ってるよ」など電話があった。悩んだ末、リスクはあるが、お互い自分の責任のもと「来たい時に来て、帰りたい時に帰っていい」ことにして、無理せず参加するよう話し合い、思い切って再開を決めた。

⑥コロナ禍で気を付けた事

自粛するときにはする、無理に活動をしない

- 緊急事態宣言中は、活動休止や時間を2時間→30分に時間短縮。
「モノ作りを宿題」として自宅で作品づくり
- カラオケなどはやらず、作品作りや体操中心の活動

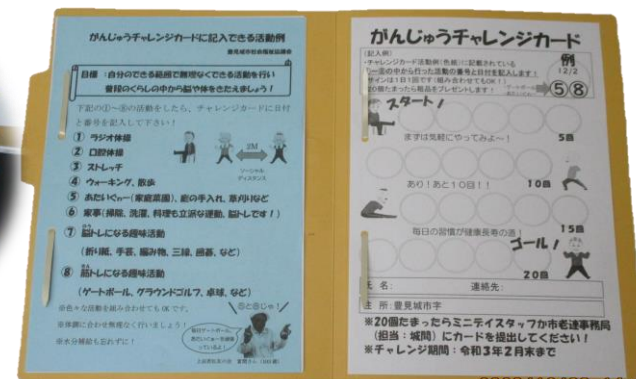
消毒液を持つように声掛けして、皆が持っている

自宅での体温測定・マスク着用・換気

⑦ コロナ禍で気を付けた事

「来たい時にきて、帰りたい時に帰っていいよ～」と声かけ

社協（老人会）でもらった「がんじゅうチャレンジカード」を配り、自宅で家事や運動をするよう声かけ



⑧ゆんたく会・参加者の声

これがあるから楽しいさ～

皆と会えると元気がでるよ！

1週間が待ち遠しい・楽しみ

運動不足で夜寝付けなかったけど、ゆんたく会の日のご飯もよく食べるしよく寝られるよ

コロナでたまったストレスの解消になる

最初は参加に反対していた家族・子ども達が「ゆんたく会だったら行ってもいいよ」といってくれるように！



⑨ コロナ禍、こんな事をしました！

昨年12月、皆で作った素敵な作品を持ちより、
集会所で作品展示会を開催♡





ゆんたく会の活動を周知しながら地域住民と交流！



子どもたち
にお土産を
用意♡



カリ～チキーサ～♪



踊りの先生や三線の先生が展示会に来所し体操や歌が始まった♪



踊りの先生や三線の先生が展示会に来所し体操や歌が始まった♪

⑩今後の活動について

- ・皆で大きな作品を作りたいな～♪
- ・コロナが落ち着いたら皆でドライブしたいな～♪
- ・何かやると皆関心がある。家に持ち帰って復習して次にもってくるようにすると、作る喜びを知って風邪もひかない、元気になる!
- ・作品展覧会を見て「コロナが落ち着いたら参加したい」と言ってくれた方もいる。

みんながそれぞれがいいものを持っている。いいものを活かしてあげるような活動をしていきたい。

豊崎シニアクラブ



ご清聴
ありがとうございました♡

2021/11/18