

# とみぐすく市「助け合い♥支え愛」

Vol.17



第2層生活支援コーディネーター  
田中・上原(聡江)・上原(ひかる)

# 地域づくりゆんたく会だより

今回のゆんたく会だよりでは、令和4年5月20日(金)に開催した「第1回 地域活動報告会～コロナ禍、地域で行われていた活動～」の様子をお届けいたします。報告会では、「コロナの時代を生きる知恵の共有」を目的にコロナ禍だからこそ、人と人の繋がりが切れないよう活動している4団体の様々な取り組みを報告し、報告者含め25名の方にご参加いただきました。

## 豊崎《ゆんたく会》

毎週木曜 10時～12時  
豊崎自治会集会所

県外移住者や市外の方が多く  
顔見知りや居場所作りを  
目的に始めたゆんたく会

- ・コロナ禍で4～5か月休止していたが「いつ再開する？いつ会える？」とメンバーからの連絡が増え、感染予防対策万全に再開した。
- ・コロナを懸念し参加を反対していた家族も皆さんの元気な姿を見て「ゆんたく会なら行っておいで～」と話してくれるそう。



手工芸や体操を  
楽しんでいます♪



1週間が  
待ち遠しい

運動不足で寝付けなかったけど  
ゆんたく会の日にはよく寝られるよ～

作品を持ち寄り  
展示会を開催



ストレス  
解消！

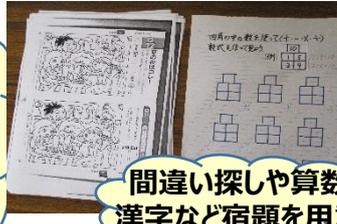
毎月第1.2.4月曜  
10時～12時  
上田団地自治会集会所

「一人暮らしの方が多いで週に1度でも顔が見たい」との声で活動を継続

## 県営上田団地《ミニデイ》



自治会長の手作り  
ゲームがたっくさん



間違い探しや算数  
漢字など宿題を用意

★自治会費集金時に  
同年代の方への声掛け、  
ミニデイの朝9時に自治会放送  
を行うなど工夫をし参加者が  
少しずつ増えています。

- ・コロナ禍でも自治会長を始め皆さんが感染予防対策を意識しミニデイを続けてきました。
- ・マスクの入手困難な時には自治会長が自作のフェイスシールドを用意したり、床にテープを貼ってソーシャルディスタンスを確保する等様々な工夫をしています。



素敵な仲間  
気にかけて合える  
♡

## 北分譲 《ラジオ体操 あさひの会》

月～土 朝 6:30～  
北分譲集会所横広場

2015年夏休みのラジオ体操終了後「続けてほしい」との要望で同年9月よりスタート！

- ・いつまでつづくかわからない自粛期間に、体力低下や気持ちの落ち込みが気になっていた。緊急事態宣言が明けたのを機に活動を再開。
- ・ラジオ体操の後はリズム体操を6曲続けます！
- ・あさひの会参加前は歩くのもやっとだった方も、体操を続けてスタスタと歩けるようになりました！



リズム体操は  
一日の元気の源

ラジオ体操を通して  
コミュニケーションばっちり！

実は男性も参加！  
リズム体操は恥ずかしいけど  
ラジオ体操はするよ～



## 長堂《パークゴルフ》

- ・広場の整備、カップやベンチまで手作り！！  
皆の知識や知恵が詰まったパークゴルフ場です。
- ・皆が平等に表彰されるような工夫♪  
偶数月には偶数順位の方が表彰！1位でも景品は無し！奇数月には奇数順位の方が表彰されます🏆

毎週木曜  
(夏)16時～ (冬)15時～  
長堂公民館広場

活動休止となる中  
「皆の顔が見たい」と声があり  
やーぐまい解消  
体力低下予防の為に開始



90代も大活躍

週に1回のこの日が  
楽しみ(^^)

知識の共有ができる  
素敵な仲間♪

親睦が深まり  
健康維持にも  
繋がっている

カップや休憩ベンチは  
メンバーの手作り！



## 地域活動報告会 アンケート結果

参加者:25名 / 回答者:20名

30代～80代の男女20名にご回答いただきました。  
ご参加、ご協力ありがとうございました☆

### Q1. 報告会の内容について(複数回答可)

わかりやすかった:9 わかりにくかった:1  
参考になった:8 回答無し:3

### Q2. 報告会の時間について

長かった:1 ちょうど良い:14  
短かった:0 回答無し:5

### Q3. 今後の活動報告会で取り上げてほしいテーマはありますか

- 男性の参加しやすい活動
- サークル等の参加者の増やし方
- 若い世代と高齢者がコラボしている地域の活動内容と課題
- 人生100年時代！元気で健康な100歳を迎えるための取り組み

### Q4. あなたの地域の自慢したい活動を教えてください♡

- 青年部が主となり高齢会員のサポートを行っている(庭の剪定、高所作業、生活の不安定など)
- 自治会員一人ひとりの特技を引き出し、講師に仕立てて講習会を開催
- ゆんたく会(感染防止対策しながら)で美化活動に取り組みメイン通り花いっぱいです！
- 特別なことはしていないが皆が仲良くゆんたくを楽しんでいます♪

### Q5. 報告会の感想をお聞かせください

- 各地域特色があって、工夫しながら活動している事が分かった
- 我が地域でも取り入れたいことがありました。地域に帰って皆で話し合いをしたい
- 元気な老人を支えているのは、地域で先頭に立って皆さんを率いてくれている方々のお陰だとつくづく感じました。
- 地域活動のリーダーが中心となり地域の高齢者が生甲斐を見つけて話し合う姿勢に感心しました。



報告会の様子



質疑応答の様子

報告会の様子をYouTubeにてご覧いただけます♪



豊見城 報告会

今回の報告会は4団体の報告、質疑応答を通して、各地域の様々な工夫やアイデアを共有できる機会となりました。YouTubeでは報告会の様子を配信していますのでぜひご覧ください。  
今後も第2回、第3回とテーマを設けて開催していきたいと考えています。  
各地域の愛♡ディア(愛のあるアイデア)を私たちコーディネーターが紹介・拡散していきたいので「うちの地域でもこんな素敵な活動してるよ！」とアピールしていただける方はぜひお声掛けください。  
あなたのその活動、どんなに小さくても他地域では「大きな発見」かもしれません☆

地域で行われている素敵な活動やゆんたく会などの細かい内容はすべて豊見城市社会福祉協議会のホームページ上にある“生活支援コーディネーターブログ”で紹介しています！  
うちの活動も見たい！という地域があれば、ぜひ声をかけてくださいね♪

