

真玉橋団地『笑顔のゆんたく会』

1. 地域の特徴

総人口:607人 / 65歳以上の数:188人 / 高齢化率:30.97%(R5、4月末データ)
団地といっても一軒家が多く、急な坂の上にある住宅街。坂を下ると丸大スーパーやコンビニはあるが、車が無いと買物に行くのも一苦勞。団地内には手作り看板が多数あり、通る人の目を楽しませている。

2. 活動概要

誰でも気軽に集まれるようにと始まったゆんたく会は、活動をスタートし26年になる。当時、あまり使用されていなかった集会所をもっと活用しようと「ゆんたく会」を立ち上げた。

毎週水曜日 14時～集会所に地域の方が集まり、おやつを囲みながら、ゆんたくだけの日もあれば裁縫、お料理会、踊りや体操等、自分達がやりたい事に挑戦しながら楽しく活動している。

社協主催の地域ミニデイサービスはゆんたく会メンバーを中心に始まったが、高齢になりミニデイの参加が難しくなった方や、もともと体操が苦手でミニデイに参加していない方、足腰が弱くなっている方などが「ゆんたくならやりたい」と気軽に参加ができる、みんなの居場所になっている。

推薦ポイント

1. たわいもない「ゆんたく」なので、どこでも、誰でもマネができる。
2. 「ゆんたく」が脳トレ、ストレス発散など介護予防につながっている。
3. 参加しない方がいると連絡をしたり、帰りに家に様子を見に行ったり、お互い気にかけて合う「見守り」につながっている。
4. 身近な地域の集会所で行われる「ゆんたく会」が「その日、その時間に集会所に行けば誰かがいる」という地域の居場所・交流の場になっている。
5. 「ゆんたく」から、地域の人材が活躍できる場に広がっている。
 - ・最初から「体操をしよう」「料理をつくろう」とすると敷居が高く参加しにくい人がいるかもしれないが、ゆんたくは敷居が低く、どこでもマネができる。
 - ・行きたい時に自由に参加できるので無理なく続けられる。
 - ・いつでも笑い声がたえない、にぎやかな入りやすい雰囲気である。
 - ・たわいもないゆんたくを通して顔見知りになり、お互いの特技や楽しみを知り、体操や踊り、小物作り、料理などの講師になっている。地域の中にいる人材がその経験や知識を活かし、役割をもって社会参加をし活動をしている。

(活動の様子)

○おやつを持ち寄り みんなでゆんたく はんたく楽しいさーねー😊



○小物作り



○琉大生が地域見学で一緒にリズム体操♪



○毎朝のラジオ体操



○お料理教室



○生け花教室



○ヤクルトハンドマッサージ体験会

