思い出の盆踊り体操で地域に笑顔が戻る!」

地域活動を応援する

地域のわ通信

R4年6月 NO.78



新型コロナウイルス感染症の影響がまだ残る中、外での活動が、 地域に笑顔を取り戻すきっかけになっています。

菅田では自然豊かな公園を舞台に、身体を動かす活動「あおぞら 盆踊り体操」(以下『あお盆』)が、地域の高齢者の間で話題です。



▲砂田川沿いで『あお盆』を楽しむ様子

■外ならできるかも!!

コロナ禍の中、菅田地域ケアプラザには地域の高齢者から 「筋力が低下している。人と触れ合う機会が減って寂しい」と いう声が届いていました。そこで、同施設の看護師の長谷川 さんと生活支援コーディネーターの堀さんは、「菅田には、 広々とした気持ちの良い公園が多い。外であれば密にならず、 運動と交流ができるのでは」と、この活動をスタートさせました。 また、事前に区の保健師と、地域活動や感染症予防のため の取組やフレイル予防について話し合っていたことも、活動の 後押しになったと、看護師の長谷川さんは振り返ります。

こうして2021年2月に始まった『あお盆』は、毎月1回、 菅田みどりの丘公園でスタートし、2022年4月からは菅 田東町砂田川沿いにも活動の場を広げています。



▲開放的な自然豊かな 「みどりの丘公園」 上) と5月には鯉のぼりが泳ぐ 「砂田川」 (写真下)



■住民の地域で実現したい活動を、地域ケア プラザが『あお盆』で後押し!

『あお盆』には、神奈川区地域づくり大学校((*1)以下、地域 大)の卒業生も協力しています。

菅田地区の民生委員であり、地域大の令和元年度の卒 業生でもある霜山さんは、地域で実現したいアクションプラン に、"運動や地域交流を公園で行う活動"を描いていました。 それに気づいた地域ケアプラザの堀コーディネーターが、霜 山さんのアクションプランの実現に『あお盆』が役に立つので はと、声を掛けました。

「地域大で思い描いたアクションプランが、堀さんに声をか けてもらって実現しました!これからは『あお盆』にできる限り 関わっていきます」と、霜山さんは笑顔で話してくれました。



▲第5期地域づくり大 学校卒業生の霜山さん (菅田地区民生委員)



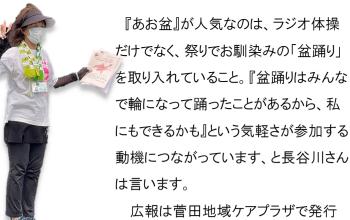
▲菅田地域ケアプラザ 生活支援コーディネー ターの堀さん

(*1) 神奈川区地域づくり大学校

地域活動を解決する手法を区内外の事例を交え、講義・グ ループワークなどから学び、対話を通して地域で行いたい 活動を「アクションプラン」にまとめる地域づくりの場。

■「あお盆」の人気は盆踊りを取り入れたこと!

毎回、25名を超える地域住民で賑わう『あお盆』。「ここに 来たら近所の人に会えるし、青空の下でのびのびと身体を 動かせて気持ちもすっきりします「みんなで踊る盆踊りだか ら友達も誘いやすいです」など、外での運動の気持ち良さや 人との交流の楽しさを感じる人が多く、好評です。



▲菅田地域ケアプラ ザ(地域包括支援セ ンター) 看護師の長 : 谷川さん

するチラシで行っていますが、集客は参 加者の口コミがたより。ここでも体操だけ でなく「盆踊り」を活用したことが、人が - L 人を呼ぶ好循環につながっています。

今後は、菅田地区内で3カ所目の開催も視野に入れてい るようです。みんなで踊る楽しさ、交流ができる嬉しさを味わ える『あお盆』は、これからますます菅田地区で人気の活動 に育っていきそうです。



Chilkiryoku 11mi

【あお盆の概要】	
主催者	菅田地域ケアプラザ
参加対象者	どなたでも
参加費	無料
持ち物	手ぬぐい、水分、レジャーシート
活動日程	●場所:菅田みどりの丘公園 みんなの原っぱ 日時:毎月第3木曜日 14時~(30分程度)
	❷場所:菅田東町砂田川沿い バス停「猿渡」歩いてすぐ 日時:毎月第4木曜日 14時~(30分程度)

*雨天中止