

住み慣れた奥多摩町で、子どもから高齢者までみんなで助け合っていまいきと暮らしていけるように・・・

OKUTAMA *いいきいき* NEWS



みんなで助け合う「地域づくり」。ここでは奥多摩町で始まっている「助け合いの地域づくり活動」をご紹介します。



◇梅沢の体操教室◇

老人会長さんの声掛けで今年の3月から始まった筋トレ体操。

最初の数回は体操の先生に来ていただきましたが、今では週に1回、地域の皆さんでコミュニティーセンターに集まり、楽しく筋トレ体操をされています。

先日伺ったときは、「最初できなかった筋トレ体操ができるようになってきた。このまま1年間続けられれば、ずいぶん違うんじゃないかな？」と、うれしい報告を聞くことが出来ました！

◇日本語学校との交流料理教室◇

生徒さんの「肉じゃがの作り方を知りたい！」の声に川井地区の方々の活動により料理教室が実現しました。今度は「七夕に浴衣が着たい！」と声が上がっています！浴衣を貸していただける方、着付けを手伝っていただける方大募集中です。

ご連絡は下記の電話番号まで！
お待ちしております！



登計地区のみなさん

◇ヨモギまんじゅう作り◇

近くにも意外とご近所さんと会う機会が少ない。そんな話が出たタイミングで「ヨモギがほきている！ ○○さん、おまんじゅう作るの上手だよね?!」の一言で決まった『ヨモギまんじゅう作り』。こんな風に各地域で交流の輪が広がっていくといいですね。

「次は他の人も誘いたいね」との声も聞かれました。

発行：奥多摩町地域包括支援センター



0428-83-8555

生活支援コーディネーター *こみね*

平成30年5月25日(金)発行 No.1