

## ◆区の地域福祉に関する紹介事例等

## 花園地区部会エリア『グラウンドゴルフと公園清掃』

花園地区部会では、平成26年より千葉市から公園清掃協力団体の指定を受けておりますが、公園清掃は公園でグラウンドゴルフをプレーする高齢者が実施、毎週水曜日の午前中に活動しております。

この日(R5.2.22)は、朝早くから13名の参加者が集合、まず公園清掃から活動が始まりました。今回は落葉が2袋程度でしたが、多い時期には20袋も集まるそうです。公園清掃の後は、ラジオ体操を行い、グラウンドゴルフが始まりました。なんと10ホール2ラウンドを2セット行うとのこと。これを毎週行っているとのこと、参加者の皆さまの体力にはびっくりしました。

屋外の活動なので、感染のリスクも少なく、参加者数も、ほぼコロナ前の状況に戻っています。公園も明るくきれいになったことで、公園の利用者も増え、いいことづくしの取組となっております。



## 花見川地区部会エリア(鷹の台自治会)『健康寿命延伸プロジェクト』

鷹の台自治会(花見川地区部会エリア)では、「高齢者が健康で、それぞれの役割を担いながら、住み続けられる街をつくる」ことを目的に、令和2年度より、「健康寿命延伸プロジェクト」という取組みを行っています。

このプロジェクトでは、あんしんケアセンターやいきいきプラザなどの専門職が講師となり、高齢者のフレイル(虚弱)予防の体操や、健康、認知症予防に関する講義などが行われています。現在は、毎月(基本は2カ月に1回、現在は三密回避のため2班に分け実施)、第1月曜日の午前中に約20名の高齢者が自治会館に集まり、この取組みに参加しております。月1回の開催ではありますが、参加者には万歩計も配られ、「普段の生活の中でもフレイル予防を！」を合言葉に、いつまでも健康でいられるよう、健康寿命延伸への挑戦を行っています。



## さつきが丘・宮野木台地区部会エリア『あいさつ運動』

さつきが丘・宮野木台地区部会では、地域の誰もが福祉に親しむことができる楽しいお祭り「福祉まつり」を平成21年より開催、令和元年には10周年を迎え、地区部会のメインイベントとして地域の皆さまに親しまれてきました。

しかし、コロナの影響で3年間中止、「このままでは、地域の団結力が弱まってしまふ、来年度の『福祉まつり』開催につなげるためのイベントを開催しよう」と役員会で考え、地区部会のスローガン「～あいさつで笑顔あふれる やさしいまちに～」を具体化する『あいさつ運動(R4.12.9)』を、実施することを決めました。街頭で、約30名の地区部会スタッフが、行き交う人に、チラシ、マスク、ポケットティッシュ、ペーパータオルの入ったファイルを配布しました。コロナ禍以前の「あいさつが飛び交う明るいまち」が戻るよう、願いを込めて活動しました。

