



取材日：令和4年5月11日(水)

発行／金沢市社会福祉協議会 〒920-0864 金沢市高岡町 7-25

TEL 076-231-3571

http://www.kana-syakyō.jp

夕日寺地区地域サロン【夕日寺地区】 ワイワイ元気に囲碁ボール！



【活動の様子】

夕日寺公民館に地域の方が約20名集まり、2チームに分かれて囲碁ボールを楽しみました。ナイスショットが出るとみんなで拍手をして喜び、ミスショットでも「元気ハツラツやね！」と笑い合うなど、和気あいあいとした雰囲気素敵でした♪（囲碁ボールの用具を貸出している団体もあります。）



【活動の様子】

囲碁ボールの合間にストレッチを行います。「1人だとなかなかやらないけど、みんなでならいいわ～」「だんだん足上がるようになってきたわ」などと話しながら体を動かしていました。仲間との楽しい活動が、健康づくりにも繋がっているようです。



【参加者の声】

参加された方にお話を伺うと、「家で1人だからサロンをととても楽しみにしている」「囲碁ボールは初めてやったけど楽しいわ」「ここまで歩いて来るから足腰が鍛えられる」などといった声が多く挙がっていました。活動内容は月によって異なっており、月に1度のサロンをみなさん楽しみにされているようでした。

【活動の基本情報】

- ・開催日：毎月第2水曜日
- ・時間：午前10時～11時半
- ・対象者：夕日寺地区の方
- ・会場：夕日寺公民館
(夕日寺町口35)
- ・連絡先：夕日寺地区社協
076-252-3642

【取材メモ / 取材者：中山美佑】

《取材でわかった活動の効果》

- 居場所づくり
- 健康づくり
- 仲間づくり
- 孤立防止
- 集いの場

※…地域にとって…個人にとって

《取材の感想》

仲間と一緒に楽しく活動できる場所はとても大切ですね。みなさん元気いっぱい、こちら元気をもらえました！

