



松山市生活支援体制整備事業における生活支援コーディネーターが松山市内の地域を訪ねて取材した、つながり・支え合う地域の多様な取り組みを『地域のお宝』としてご紹介します。

取材先

味生地区 全国方言体操めぐり

～食べて 笑って 体操で 味生を元気に！！～



コロナ下も終わりが見えてきましたが、昨今、外出や運動する機会が減っているお年寄りの方たちが地域内で気軽に集まるきっかけとなる「通いの場」を立ち上げたいという想いから地区社協・民協の皆さん主催による、「全国方言体操めぐり」を開催しました。この集いの場は、全10回、全国各地、様々な方言ラジオ体操を神社や公園等、毎回場所を変え参加者が地区内をめぐって体操に行くものです。

当日は会場に約60名が集まり、この日はみんなで関西弁のラジオ体操をしました。体操が終わった後には、包括指導による耳マッサージで自律神経を整え、市社協によるレクリエーションを楽しみました。

次回は6月15日(木)に開催予定とのことです。

生活支援コーディネーターのここがポイント！

毎回同じ場所ではなく、自分たちの住んでいる地域内の様々な場所で開催することで、常に新鮮な気持ちで参加することができ、更には自分たちの地域をもっと知るきっかけとなります。また、方言でのラジオ体操を取り入れることで慣れ親しんだ体操がユーモアに溢れ、体操後に各自マッサージを行い、最後はレクリエーションを楽しむことで心も身体もスッキリすることができますね。

次回以降の開催を私たち生活支援コーディネーターも楽しみにしています。



地域の取り組みを教えてください！

「へこまんくんといく！」では、松山市内の実践を募集しています。「私たちはこんな工夫をして、気にかけている」など、あなたの地域の支え合いの取り組みを教えてください。情報をお持ちの方は右記のお問い合わせ先まで！

お問い合わせ先

松山市社会福祉協議会 地域福祉部地域支援課  
〒790-0808 愛媛県松山市若草町8番地2  
TEL : 089-941-3828 FAX : 089-941-4408