

年々、夏の暑さが厳しくなってきました。  
皆様どうぞ熱中症には気を付けて夏を過ごして  
いただきたいと願っております。

さて、今回は前号でお知らせしていた各地区での  
現在の広場活動の特集です。

この5年の間に高齢化などの理由で広場活動を  
続けられなくなった地区もあります。

しかし、形を変えて趣味の仲間などで集まって  
いるところもあります。

どのような形であれ、人とつながり、住み慣れた所で  
あんしんして暮らせるよう見守っていきたいと思います。



朝のウォーキング  
続けています！



原中（ハラツパ）

毎週月曜日の朝の  
ウォーキング  
月1回のヨガ  
月3回、5のつく日に  
のびのび元気体操

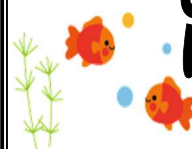


臨床美術クオリアート  
で作品づくりをしています。

【健康寿命を延ばそう！】

# 「あんしん広場」だより

「あんしん広場」の活動情報紙



第 30号

発行日  
令和6年7月1日  
発行者  
NPO法人  
三谷地区コミュニティ協議会  
編集:あんまち部:広報係



溪泉会（和泉会）

老人クラブのメンバーで  
週3回のグランドゴルフや麻雀  
子供とのふれあい活動  
（うどん作り、ミニ運動会）  
など、活発に活動しています。



西三谷下、北

月3回ほど集まって、  
ウォーキング、体操、茶話会などを  
続けています。

中西、西三谷東（なかよし）

月1回 体操、ゲーム、茶話会

男性も参加して、10名程度で季節行事を  
楽しんでいます。

中三谷（和）

月2回 体操、ゲーム、茶話会、料理、  
季節行事、手芸

移動販売でのおしゃべりや、クラシックコンサ  
ート、花見会等も引き続き行っています。  
牛乳パックで作品作り、折り紙でくす玉作りも  
楽しんでいます。

鎌野（ふじの森）



月1回 手芸、ラジオ体操、茶話会

ラジオ体操を今年度から男性も参加して  
再開しました。  
継続は力なりで頑張っています。  
年々、目や体力の衰えを感じますが、手芸  
等も続けていきます。

山大寺上（いきいき会）

月3回 健康チェック、歌遊び、ゲーム等

「健康寿命を延ばす」を目標に血圧測定な  
どをしています。  
脳トレ、小物作りなども楽しんでいます。



仏生山へお出かけしました！

犬の馬場・西田井

2ヶ月に1回 茶話会を続けています。



西三谷西

月1回 ラジオ体操、カラオケ、  
麻雀、茶話会など

日山登山としっぽくうどん作り、  
そうめんや団子作りなど、  
今年度もいろいろな活動を  
計画しています。



原上（やまびこ会）

月2回 体操と茶話会

季節行事をとおしていろいろな年代の  
人達が集まって和気あいあいと楽しく  
交流しています。

