

## 『通いの場』で仲間と気楽に楽しく、元気で長生き！



市では、高齢者の方々の多様な興味・関心に合わせた『通いの場』を支援するため、令和7年4月から「甲州市高齢者等通いの場整備及び運営支援補助金」事業を開始しました。

「週1回以上の他者との交流」や「地域で役割をもつこと」は、心身の健康や介護予防に効果があるといわれています。

身近な仲間と身近な場所で、自分たちが「楽しい」「通い続けたい」と思う活動を始めてみませんか？

### 補助金を活用して活動されている7団体取材しました！

#### 踊石健康麻雀倶楽部

- 活動場所** 踊石集会所(神金地区)
- 活動内容** 健康麻雀教室
- 活動日時** 第2・4土曜日 午後1時～5時
- 問合せ先** 中村 政一 ☎090-9399-4933



初心者大歓迎!

年齢を超えた世代間交流ができる場。楽しみプラス、認知症予防でダブルの効果!

#### 神金囲碁の会

- 活動場所** 神金公民館(神金地区)
- 活動内容** 囲碁、レクレーション、茶話会
- 活動日時** 毎月5・15・25日(5のつく日) 午後1時～4時
- 問合せ先** 廣瀬 博 ☎32-1840



初心者大歓迎!

月3回、皆と会って話ができることが楽しみ。考えるので頭にも良い。

#### 健幸隊くまの

- 活動場所** 熊野集会所(奥野田地区)
- 活動内容** ストレッチ体操
- 活動日時** 第2水曜日 午後1時30分～3時
- 問合せ先** 萩原 満治 ☎090-5195-8281



体を動かす良いきっかけになる場。是非お気軽にご参加ください。

ここに来て体を動かせること、笑顔になれることが嬉しい。

#### 菱山健幸隊

- 活動場所** 菱山財産区会館(菱山地区)
- 活動内容** 体操など
- 活動日時** 隔週の金曜日 午後1時30分～3時
- 問合せ先** 内田 明子 ☎44-1890



近場で集まれるのも良い。

とにかく楽しいのがこの良いところ！先生が楽しく笑いが絶えない。

#### 愛友会

- 活動場所** 柏原神社(下萩原地区) ※雨天、変更あり
- 活動内容** ラジオ体操、茶話会
- 活動日時** 毎月15日 午前9時～10時30分
- 問合せ先** 菊島 勲 ☎33-3573



皆で元気に生きていけるよう、楽しく活動していきたいです。

#### 上塩後長寿グランドゴルフ集いの場

- 活動場所** 鈴宮神社(上塩後地区) ※雨天、変更あり
- 活動内容** グランドゴルフ、体操
- 活動日時** 第2・第4 火曜日 午前8時30分～(冬:午前9時～)
- 問合せ先** 手塚 満男 ☎090-1603-8556



見知らぬ地域に引っ越してきましたが、ここを教えてください地域の方と知り合えました。ここに通うのが楽しみです。

ざっくばらんにくつろげる場。

#### 下塩後の集いの場

- 活動場所** 下塩後公会堂(下塩後地区)
- 活動内容** 体操教室、勉強会
- 活動日時** 第3火曜日 午後1時30分～3時
- 問合せ先** 宮崎 博信 ☎080-5421-3942



毎回話題を変えて楽しく活動しています。お気軽に遊びに来てください。

取材を終えての感想は、「楽しんで活動されている方々は皆さん“若々しい”!!」でした。  
▶『通いの場』補助金については、介護支援課(☎34-5434)までお問い合わせください。