



ラポール旭 ふれあいの会

交流と見守りで育む 地域のつながり



**ラポール旭 ふれあいの会って
どんな団体?**

畑中さん／集合住宅であるラポール旭の管理組合役員は定期的に交代するため、安定したシニア支援が課題となっていました。そのため、地域住民主体で立ち上げた、コミュニティの活性化や高齢者の見守り、認知症予防と体力維持を目的にさまざまな活動を行う団体です。



**具体的にはどんな
活動をしているの?**

松原さん／健康麻雀やらくらく筋トレ体操、ひだまりの会など、健康づくりや交流を目的とした活動を行っています。また、管理組合と合同でAED講習会も開催し、地域の安全安心につながる取り組みも進めています。これら活動を通じて、地域住民同士が気軽に交流し、互いに見守り、支え合える地域づくりを目指しています。



**活動中でのやりがい
やうれしかったことを
教えてください**



神原さん／活動を始めるまでは、住民同士があいさつは交わしていても、交流する機会やつながる動機が少ない状態でした。活動が続ける中で参加者同士のつながりが生まれ、会場には会話や笑顔が広がるなど、地域の新たな交流の場となってきました。また、「膝の痛みがなくなった」「長く歩けるようになった」などの声が寄せられることは、大きなやりがいになっています。



**これからの目標を
教えてください**



五藤さん／今後は、移動手段・買い物支援の充実と住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる環境づくりの2つをテーマに活動をしていきたいです。地域のつながりが希薄化する中、誰もが気軽に助け合える関係を育み、住民同士が支え合いながら、いきいきと暮らせる地域づくりにつなげていきたいと考えています。



ラポール旭 ふれあいの会

地域住民同士の交流を深め、高齢者の孤立防止や見守りにつなげる団体

主な活動

- 椅子ヨガ／第1・3木曜日10:00～12:00
- らくらく筋トレ体操
第2・4月曜日9:30～12:00
- 健康麻雀／第1・3土曜日13:00～16:00、
第4土曜日9:30～12:00
- ひだまりの会
第1～3土曜日10:00～12:00

ところ

ラポール旭 集会室

問い合わせ先

畑中 FAX.42-6293