

8. 高齢化率 38.5%の住民も、沿岸部よりの避難者も、 元気になる交流事業

グループ名 つるがや元気会

代表者 菅原 敏之

① 活動の目的

家に引きこもりがちになる高齢者も、外に出やすくなる、出たくなる仕組みを考え、実践する事で、大震災の被害に負けず、一時も早く立ち直り、明るく元気のある、住んでいて良かったと思う町にする。この為健康講座・市民講座、童謡を唄う会、ロコモ体操教室、サロン「ほっとカフェつるがや」、「つるがや元気まつり」を開催する。

② 活動概要

仙台市新興団地で高齢化率が、38.6%と最も高く、又宮城県内ブロック別にみても第二位の鶴ケ谷は、大震災で全壊や半壊した住宅(全半壊率 18.7%)、店舗が数多くあります。被災地でありながら、438名の方が沿岸部等より避難して鶴ケ谷に住んでいます。周り近所にどのような人が住んでいるか不安な日々が続く折、孤独感を解消し、話し合え、お茶が飲め、趣味の教室も一緒に参加できる交流の場「ほっとカフェつるがや」や「童謡を唄う会」「ロコモ体操教室」「健康講座」等にお誘いしたい。避難している被災者を含めて、鶴ケ谷地区を活性化し、明るく元気な住民と街にしたいと考えている会で、会員 395名です。

③ 決算報告書

収 入	大同生命厚生事業団助成金	100,000円
支 出		円
	童謡を唄う会講師謝礼 13回'13@8000+5000+2' @3000	115,000円
	ロコモ体操教室講師謝礼 13回 12'@6000+1'@3000	75,000円
		円
		円
		円
		円
	合 計	190,000円

④ 活動明細

実施 年月	童謡を唄う会			ロコモ体操教室		
	日	参加者数	謝礼金 額（円）	日	参加者数	謝礼金 額（円）
28/9	6	75	11,000	14	25	6,000
10	1	75	13,000	1	28	3,000
	4	64	8,000	12	21	6,000
11	1	74	8,000	9	26	6,000
12	6	76	8,000	14	20	6,000
29/1	5	62	8,000	11	21	6,000
2	7	78	8,000	8	21	6,000
3	7	76	8,000	8	20	6,000
4	4	78	8,000	12	22	6,000
5	2	81	8,000	10	24	6,000
6	6	81	8,000	14	23	6,000
7	4	77	8,000	12	22	6,000
8	1	76	11,000	10	20	6,000
計		973	115,000		293	75,000
					総金額	190,000

⑤ 活動内容

1. 童謡を唄う会：毎月第一火曜日には「童謡を唄う会」を開催しました。年 13 回。大きな声で童謡やラジオ歌謡を唄う事は健康にも良く、又ご指導いただく曾我先生の教え方もすばらしく、多くの参加者があります。わずか1時間半ですが、皆さん想像以上に大きく発声をし、快い疲労感と唄ったという充実感で、喜んで帰えられています。会費 300 円。 当該期間参加人数 973 名
2. ロコモ体操教室：毎月第二水曜日は「ロコモ体操教室」を開催しました。ロコモティブシンドローム（加齢による運動器障害）の為に移動する能力が低下した状態で、進行すると要介護状態になりますが、それを防ぐロコモ体操を 13 回開催しました。会費 200 円。 当該期間参加人数 293 名

⑥ 活動状況写真集



童謡を唄う会



ロコモ体操教室

