

2 気軽に集おう。

かつて地域では、人と人の関係は極めて濃密であり、隣近所同士の協力は、至る所で行われていました。

ところが、近年では、顔は知っているけど話はしたことはないという人、更には、隣に住んでいる人の顔すら知らないという人もいるようです。

もし地域とのつながりを持つ機会がないのであれば、まずは気軽に参加できる場に行くことから始めてみてはいかがでしょうか。

地域には、誰もが参加できる健康づくり活動や、自分たちの趣味を活かした活動をしているサークル等がたくさんあります。ふらっと立ち寄っておしゃべりしたり、仲間と集う。そうしたことから、日々の暮らしの中に笑顔が増えていくのではないのでしょうか。

【事例：誰でも参加できる朝のラジオ体操】

西志津地区では、「西志津スポーツ広場の会」が中心となって、正月3が日と荒天時を除き、毎朝6時30分からNHKラジオの放送に合わせてラジオ体操が行われています。

この活動は、地域住民の誰もが参加できる交流の場として、地域に根付いており、1日平均で200人超、年間で延べ6万人以上が参加しています。

夏休み中は、郵便局からカードを提供してもらい、参加した子ども達には、カードにスタンプを押します。朝礼台に、子ども達に登壇してもらい、子どもの積極性を養うことにもつなげています。

また、毎朝、顔を会わせる中で、あいさつが交わされるようになり、ラジオ体操以外の場で会ってもあいさつが交わされるようになっていきます。

多くの参加者は、いつも同じ場所で体操を行うので、いつも来ている人がいないとなるとあれっと気になり、実はしばらく入院していたとか、家族に不幸があったこと等に気づいたりする場にもなるということです。



<ラジオ体操の風景（西志津スポーツ広場）>