

# 健康ホットライン

## 平成29年度 笠間市健康づくり表彰受賞団体を紹介

市では、健康づくりに関する活動を積極的に取り組む企業・団体を表彰しています。今回受賞した団体は、城南ラジオ体操会と笠間一球会。地域おこし協力隊の河又隊員がインタビューしてきました。

### 城南ラジオ体操会

代表：廣瀬 忠夫（下市毛）

**Q 始めたきっかけは**  
家に引きこもりがちな高齢者に、外に出てもらえるようにとの思いからです。人数が多い時には25名くらい。夏休みには子ども会も参加するので、50人前後になる日もあります。

**Q はじめて変わったことは**

健康面以外にも、毎日顔を合わせることでお互いの安否確認、日々の楽しみ、人との交流による認知症の予防等、地域力の向上の効果もあります。さらに、公民館の清掃などのボランティア活動も実施しています。

**Q 活動の中で大切にしていることは**

継続は力なりという言葉を大切にしており、ラジオ体操前に「今日はなんの日」の発表や、参加実績表の発行など、継続してもらえよう工夫もしています。



左から、地域おこし協力隊の河又隊員と廣瀬代表

#### 【城南ラジオ体操会 活動状況】

日時：3月～11月 午前6時25分  
(12月～2月はお休み)  
場所：城南やきもの通り公園  
(みなみ公民館)

### 笠間一球会

代表：中村 利子（笠間）

**Q 名前の由来は**

一球一球に全力を傾けることから「一球会」、卓球はピンポンなので「いっぴんかい」となりました。

**Q 活動内容と参加者人数、年齢層は**

5～6名からのスタートでしたが現在は会員数約70名、年齢層は60代から80代、毎回35名くらいで活動しています。卓球は子どもから高齢者まで楽しめる競技です。初心者も大歓迎。貸し出し用のラケットも用意してあるので、気軽に参加できます。また、年に1度、親睦のための日帰り旅行を開催しています。

**Q 活動の中で大切にしていることは**

親睦を深める、健康維持、健康寿命を伸ばす、楽しみながら、笑いながら卓球をすることです！



笠間一球会の皆さん

#### 【笠間一球会 活動状況】

日時：毎週木曜日  
午前9時30分～11時30分  
場所：笠間体育館

【問い合わせ】健康増進課

TEL0296-77-9145

## 生涯学習だより 71

■問い合わせ/生涯学習課（内線385）

— Life Long Learning —

Life Long Learning=生涯学習

### 【笠間市リーダーズクラブ 活動紹介】一緒に活動しませんか？

笠間市リーダーズクラブ（高校生会）は、笠間市に在住・在学する高校生を中心としたボランティア組織です。現在18名で活動しています。

毎月第1・3木曜日に地域交流センターともべ「トモア」で定例会を開催し、会員自身で小学生を対象としたイベントの企画・実施や、市主催事業(成人式・子ども会事業等)のサポート等を行っています。今後もさらに活動の場を広げていきたいと考えています。

また、新会員を随時募集しています。一緒に活動してみたい方は、生涯学習課までお問い合わせください。お待ちしております。

#### 【主催事業】

「みんなであそぼ!ハロウィンパーティー♪」  
「スタンドグラスクッキーを作ろう！」

平成29年度の  
主な活動

#### 【要請事業】

笠間市・矢板市子ども会交流会  
笠小フェスタ バルーンアート出店  
笠間陶芸の里ハーフマラソン大会 ボランティアスタッフ  
笠間市成人式 ボランティアスタッフ  
笠間市人権教育講演会 ボランティアスタッフ



にぎやかに活動しています



寺子屋の小学生と愛宕山ジオパークハイキング



楽しいクッキーづくり