

思い出の盆踊り体操で地域に笑顔が戻る！

あお盆

地域活動を応援する

地域のわ通信

R4年6月
NO.78

新型コロナウイルス感染症の影響がまだ残る中、外での活動が、地域に笑顔を取り戻すきっかけになっています。

菅田では自然豊かな公園を舞台に、身体を動かす活動「あおぞら盆踊り体操」(以下『あお盆』)が、地域の高齢者の中で話題です。



▲『あお盆』のぼり旗

▲砂田川沿いで『あお盆』を楽しむ様子

■外ならできるかも！！

コロナ禍の中、菅田地域ケアプラザには地域の高齢者から「筋力が低下している。人と触れ合う機会が減って寂しい」という声が届いていました。そこで、同施設の看護師の長谷川さんと生活支援コーディネーターの堀さんは、「菅田には、広々とした気持ちの良い公園が多い。外であれば密にならず、運動と交流ができるのでは」と、この活動をスタートさせました。また、事前に区の保健師と、地域活動や感染症予防のための取組やフレイル予防について話し合っていたことも、活動の後押しになったと、看護師の長谷川さんは振り返ります。

こうして2021年2月に始まった『あお盆』は、毎月1回、菅田みどりの丘公園でスタートし、2022年4月からは菅田東町砂田川沿いにも活動の場を広げています。



▲開放的な自然豊かな「みどりの丘公園」(写真上)と5月には鯉のぼりが泳ぐ「砂田川」(写真下)



■住民の地域で実現したい活動を、地域ケアプラザが『あお盆』で後押し！

『あお盆』には、神奈川区地域づくり大学校((※1)以下、地域大)の卒業生も協力しています。

菅田地区の民生委員であり、地域大の令和元年度の卒業生でもある霜山さんは、地域で実現したいアクションプランに、“運動や地域交流を公園で行う活動”を描いていました。それに気づいた地域ケアプラザの堀コーディネーターが、霜山さんのアクションプランの実現に『あお盆』が役に立つのではと、声を掛けました。

「地域大で思い描いたアクションプランが、堀さんに声をかけてもらって実現しました！これからは『あお盆』にできる限り関わっていきます」と、霜山さんは笑顔で話してくれました。



▲第5期地域づくり大学校卒業生の霜山さん
(菅田地区民生委員)

▲菅田地域ケアプラザ生活支援コーディネーターの堀さん

(※1) 神奈川区地域づくり大学校
地域活動を解決する手法を区内外の事例を交え、講義・グループワークなどから学び、対話を通して地域で行いたい活動を「アクションプラン」にまとめる地域づくりの場。

■『あお盆』の人気は盆踊りを取り入れたこと！

毎回、25名を超える地域住民で賑わう『あお盆』。「ここに来たら近所の人に会えるし、青空の下でのびのびと身体を動かして気持ちもすっきりします」「みんなで踊る盆踊りだから友達も誘いやすいです」など、外での運動の気持ち良さや人との交流の楽しさを感じる人が多く、好評です。



▲菅田地域ケアプラザ（地域包括支援センター）看護師の長谷川さん

『あお盆』が人気なのは、ラジオ体操だけでなく、祭りでお馴染みの「盆踊り」を取り入れていること。『盆踊りはみんなで輪になって踊ったことがあるから、私にもできるかも』という気軽さが参加する動機につながっています、と長谷川さんは言います。

広報は菅田地域ケアプラザで発行するチラシで行っていますが、集客は参加者の口コミがたより。ここでも体操だけでなく「盆踊り」を活用したことが、人を呼ぶ好循環につながっています。

今後は、菅田地区内で3カ所目の開催も視野に入れていくようです。みんなで踊る楽しさ、交流ができる嬉しさを味わえる『あお盆』は、これからますます菅田地区で人気の活動に育っていきそうです。

『あお盆』の盆踊り指導で、地域のお役に立てて嬉しいです。



▶日本舞踊講師の佐方先生

「あら！お久しぶりね～」と会話が弾みます。ここが、地域情報を得る場にもなっています。



【あお盆の概要】

主催者	菅田地域ケアプラザ
参加対象者	どなたでも
参加費	無料
持ち物	手ぬぐい、水分、レジャーシート
活動日程	<p>①場所：菅田みどりの丘公園 みんなの原っぱ 日時：毎月第3木曜日 14時～(30分程度)</p> <p>②場所：菅田東町砂田川沿い バス停「猿渡」歩いてすぐ 日時：毎月第4木曜日 14時～(30分程度) *雨天中止</p>