



# こぶしの里松ヶ原だより

2026年8月1日 NO. 53

## 笑顔いっぱい エネルギー充電！

七月十八日は、「集まろう会」（町内の高齢者のためのお食事つきサロン会）と、こぶしの里の会員でもある「おおすび」（自分らしさを育むまちづくりグループ）のコラボで、**童心に返って楽しく（多世代交流）みんなでおしゃべりを食べよう！**を行いました。地域の参加者十三名、子ども保護者三十二名、調理等スタッフ十一名に、こぶしスタッフを入れて合計六十七名。調理スタッフには、保護者も三名参加して下さり、手際よくカレーとサラダとフルーツポンチが出来上がりました。言うまでもなく、味もばっちりでもとてもおいしかったです。

大集会室のほうでは、早めに来た子供たちは、まず宿題に取り掛かりました。会が始まると、初めに「トークフオーダンス」（先日研修で教えてもらったものを即実践！）和やかな会話でスタートしました。その後は、野菜畑の世話と観察をする外グループと室内遊びのグループ



に別れました。室内では、トランプゲームがなかなかの白熱ぶり！折り紙とあやとりはしつとり楽しく！お手玉の披露には、興味津々の子どもたちでした。集会所でこんなに子供たちの声が聞かれることは珍しく、また初対面でも楽しく交流でき、帰り際に、ハイタッチをする姿も見られました。「楽しかったからまたこんな会を企画してください！」「楽しかったです。参加してよかったです。」などの声をいただきました。子どものパワーと高齢者の皆様のぬくもりを感じた一日でした。

## 八月のイベント案内

### 「耳の健康の学習会」(b.v大野公衛協)

フレイルという言葉が聞かれたことは、ありますか？フレイルとは、一言でいうと「健康な状態と要介護状態の間」です。だれもが年をとるにつれて心や体が徐々に衰えていきますが、ちよつとした衰えに早く気づき適切な対処を行うことで、**フレイル予防**ができます。今回は、**聞きえの機能低下**について**専門家の先生から症状や対策**についてお話ししていただきます。聴力の衰えを放置すると、認知症やうつ病、要介護状態になるリスクが高まるそうです。自分自身の状態を知って、健康保持に役立つお話をします。

この学習会は、廿日市市大野公衆衛生協議会のフレイル予防活動事業として、松ヶ原集会所を会場に行います。たくさんのご参加お待ちしております。

八月二十九日（土） 十三時～十四時半

場所 松ヶ原集会所 大集会室

講師 広島国際大学リハビリテーション学科

佐藤 良樹 先生

参加費 無料

### お知らせ

① 八月十五日は、休業します。盆踊りにお越しく下さい（十九時からです）

② ポールウォーキングは、予定通り

第四土曜日（二十九日）に行います

③ ピンクフラミンゴの八月の移動販売は、お休みです。

