

陽だまりのぬくもりをあなたに

光陽台陽だまりの会 通信



<http://www.geocities.jp/myn364/>

No.7

2020.10.1 発行

発行責任者
光陽台陽だまりの会

住民同士が楽しみを共有し、お互いに励まし、支えあっていく、気心のあう友人を身近につくっていきけるきっかけとなればと思います。皆さんどなたでも参加できます。一緒に楽しみましょう。

本年4月より、陽だまりの会の代表としてつとめることになりました青木と申します。誰もが住み慣れた光陽台で自分らしく生活し続けていくには、光陽台の皆様でお互い支え合い、助け合うことが大切だと考えております。陽だまりの会は4年前にたちあげ、可見市地域支え合い活動団体として登録し活動を続けて参りました。

地域支え合い活動をご存じでしょうか。地域支え合い活動とは住民が営利を目的とせず自主的に行う日常生活支援や介護予防のためになる活動をいいます。ですから、陽だまりの会は営利団体ではございません。今後も陽だまりの会はコロナ禍ではありますが、今だからこそできることを見つけ、皆様に寄り添いながら、誰でも自由に参加できる集いの場を開催して参ります。

光陽台の皆様、温かい目で見守って頂けましたら、幸いです。

光陽台陽だまりの会 代表 青木ます代

太極拳開校！！

10月5日(月)・19日(月)9時30分から
1時間無料で体験しませんか？

・9月7日(月曜日)体験会を8月17日してから、今日始めて参加された方12名含めて参加者21名でした。太極拳を始める前に準備体操をしっかりして、入門の太極拳を学びました。なかなかはじめから、動作が身に付きませんが、太極拳のことを調べてみると、体だけでなく、心も柔らかくしておくことが太極拳の習得にあたってとても大切なことで、また、心を緩めて自分を見つめることは、初心者にも上級者にも必要なこと。太極拳は「特殊なトレーニングを行って、理想の自分を作り上げる！」というアプローチではなく、あくまで自分本来の姿に目覚めながら、自然と共に生きることを実践していく、とてもナチュラルで美しい生き方へのアプローチだそうです。これから楽しみです。



送迎中

陽だまりの会

会の教室及び会にご参加の時、ご自宅から、集会所までの送迎についてご相談に応じます。お気軽にスタッフに声をかけてください。



ふれあいサロン「まんさく」が表彰されました！

10年前に地域の皆さまのふれあいの場として、集会所サロンを開催しましたが、当時としては珍しく皆さま方にご支持頂けるかどうか不安がいっぱいの中での立ち上げでした。

9月12日可児市福祉大会に於いてふれあいサロン「まんさく」が表彰されました。皆さまのご支援があったればこそと心よりお礼申し上げご報告させていただきます。昨今はコロナ感染防止渦中にあり、皆様におめにかかれぬのがとても残念です。一日も早く再開し皆さまにお会いできますように。



ふれあいサロンまんさく 木村恵子

今年の夏もラジオ体操を開催しました。

8月1日(土)～16日(日) 夏休み期間前日開催でした。

南帷子小学校校庭にて、AM6:30～6:40

今年で3年目の夏休みラジオ体操ですが、親子連れ、子どもたちが多く参加してくれました。

今年の参加者数は62名 参加賞 花火とエコバッグどちらか 皆勤賞は18人でした。



・8月22日(土曜日) 11時より、約半年ぶりに開催です。伊藤先生は、いつお会いしてもパワフルです。元気を頂けます。参加者12名とすくなかったのですが、猛暑とコロナ渦の影響でしょう。9月からまた元気に皆様とこの教室でお会いできるのが楽しみです。しっかりと先生が指導して下さる運動は、いつでも家ででもできます。

可児市の助成金を活用し、いろんな企画を開催してきました。もっと多くの方が参加して下さるよう、継続してまいります。ボランティアスタッフ募集中です。

一緒に活動しませんか！

光陽台陽だまりの活動をはじめて四年目です。私たちの住む光陽台、自治会、光陽台団地内の各種任意団体、個人の気持ちが集結し、自治会活動だけでは、解決できない問題、積極的に、高齢者の自立支援に向けた活動を行い、住民の共助による住みよい地域社会を醸成する必要性を感じております。また、光陽台の将来について、みなさんで集まって、自由に意見を述べあう機会をつくっていきます。

陽だまりの会 四年目になりました。

サロン集会所にて再開！！

- ♥ はっぴいサロンとサロンあおき 合同開催！ ♥
- ソーシャルディスタンスを守って、おしゃべりタイムです。参加費 100円
- 10月12日(月) 10時から 11時まで
- ♥ 陽だまりサロン(手作りの会)
- 10月26日(月) 10時から 11時まで
- 参加費 100円(材料費別途)

2017/4.1～2020/9.30 までの
延べ活動参加者

総合計

5,498名