

中高年の居場所づくりと仲間づくりを目指して

グループ名 本大岡健康クラブ



活動場所	大岡地区センター・大岡小学校
活動日時	第一水曜日12時～17時
	第2金曜日15時～
	第3日曜日11時～16時30分
連絡先	南区ボランティアセンター
TEL	045-260-2531
FAX	045-251-3264
ボランティア人数	8 名
代表者	八代 治郎

活動目的・モットー

本大岡健康クラブは、「中高年や高齢者の引きこもりをなくし、地域活動に参加できる仲間づくり」を目的に、平成30年4月に発足しました。

クラブの信条は、「かけない・吸わない・飲まない」の“3ない”を守ること。

すなわち 賭け事はしない・タバコを吸わない・アルコールを飲まない。

このルールを守り、互いを思いやる心を大切にすることを何よりも大事にしています。

活動内容・活動歴

活動の中心は、麻雀・囲碁・将棋・オセロなどの室内ゲームです。

日中ふらっと立ち寄れる居場所として、時間になると自然と人が集まり、卓を囲んで和やかにゲームを楽しんでいます。

ボランティアがその場の人数に応じて調整しながら運営を支えています。

また、地域清掃やラジオ体操への参加に加え、小学校のキッズクラブや高齢者施設への訪問活動も行っています。

キッズクラブには月1回程度訪問し、子どもたちと将棋やオセロを楽しんでいます。高学年の子はルールを覚えています。低学年の子には一から教える必要があります。複数の子どもたちを相手にするのは大変なことも。それでも、無邪気でかわいらしい子どもたちとの交流は、活動の楽しみのひとつになっています。

勝ち負けにこだわる子、結果はあまり気にしない子など、子どもたちの個性に触れるのも魅力のひとつです。

■ 発足の経緯

当時、本大岡地区社協の活動は子どもや高齢者向けに偏っており、中間層に向けた取り組みが不足していました。「この年代にも地域での役割や居場所が必要だ」と、町内の有志が集まり、自然な流れの中で活動がスタートしました。発足当初は約80名の会員と8名の活動者が在籍していましたが、現在は参加者が減少傾向にあり、発足当初ほどの補助金も得られない中、活動の財源確保が課題となっています。そのため、参加費として1回100円をいただき、会場費や活動費に充てています。

活動についてのQ & A (ボランティアメンバーの声)

Q. ボランティア活動を始めたきっかけは？

A. 中間層に向けた活動をと、有志の声から自然に生まれた活動です。仲間と声をかけ合いながら集まったのがきっかけです。広報を見て新しい方が来てくださるのも嬉しいです。つながりが増えていくこと、自分自身も楽しんで活動できていることが励みになっています。

Q. どんな方が参加していますか？

A. 定年後の方、自営業、主婦（夫）、サラリーマンなど、幅広い年代・立場の方が参加しています。

Q. 活動して良かったことは？

A. どんな方でも安心して通える場になっており、背景や世代を超えた自然な交流が生まれています。

活動を通して、ゆるやかな見守り合いができているのもこの場ならではの良さです。

Q. これから参加してみたい方へ

A. 特別な準備やスキルは必要ありません。地域に根ざした活動です。

まずは一度、見学からでもお気軽にどうぞ。年に一度の懇親会も行っています。ボランティア活動にご興味のある方は、南区ボランティアセンターまでお問い合わせください。

ある日のグループ活動



利用者の声

- ・外に出る習慣ができて、生活にメリハリがついた
- ・体力がついてきた
- ・手を動かして計算するので、頭の体操になる
- ・主人がタバコを吸わなくなり、家族みんなで喜んでいます
- ・おしゃべりが楽しい。話ができる仲間ができた

きっかけは、「ふらっと立ち寄ってみた」「声をかけてもらった」「広報紙で知った」などさまざま。一度来てみたら楽しくて続けている、という方が多くいらっしゃいます。

ゲームを楽しみながら自然と他の地域活動にも関心が向き、暮らしの変化にもつながっています。

参加・入会について

- ・“3ない”（賭けない・吸わない・飲まない）を守れる方ならどなたでも参加できます

- ・参加ごとに100円の協力金をお願いしています

- ・会員・ボランティア活動者は常時募集中です