

裾野市本村下区(区長 三明正明さん)は、市の南東部に位置し、高齢者が気軽に集う寄り合い処「ふれあい塾」があり、毎月「茶話会」「健康体笑」「遊友会」が、年間36回も開かれていて区民のみなさまの憩いの場として活発に活動が展開されています。

本日は、ふれあい塾の中で男性スタッフがおもてなしするコミュニティ カフェ「遊友会」取材させていただきました。

おもてなしと言うと女性を想像しますが、本村下区「遊友会」では、区民の居場所提供を男性スタッフがおもてなしすることで、地域でいつまでも自分らしく楽しく過ごせるきっかけをつくることを目的としています。

事業の内容は、お茶・紅茶・コーヒー代(おかわり自由)として100円必要ですが、参加者は囲碁・将棋・健康マージャン・手芸・輪投げ・おしゃべり・趣味活動・読書などなんでも可能となっています。

開催日 : 毎月 第1、第3月曜日 10時~15時

場所 : 裾野市本村下区公民館

スタッフ : 住民男性有志



[遊友会寄り合い処](#)



[遊友会スタッフ](#)

男性スタッフがおもてなしする遊友会コミュニティカフェの前で出迎えていただいたのは「ふれあい塾」塾長の井澤勇二さんです。

ふれあい塾の中に ①遊友会 → 月2回(第1・第3月曜日)20~30人 10:00~15:00

②健康体笑会 → 月1回(第3水曜日)10人

③茶話会 → 月1回(第4水曜日)40人 13:00~15:00

この3本柱が本村下区では、いつまでも、自分らしく楽しく過ごせる場所を提供してくれる事業となっています。

本日「遊友会」の集まりですが、取材にご対応いただいたのは井澤勇二さんと、三明富子さん(東地区民生・児童委員)です。

写真右は、本日の会で黒子となってお茶出し等のおもてなしを担当してくれる男性スタッフの面々です。



[健康マージャン](#)



[輪投げ](#)

今日は、健康マージャンの集まりと輪投げです。健康マージャンはベテラン揃いで来年度の「ねんりんピック岐阜大会」出場を目標に頑張っています。



[おもてなし男性陣](#)

おもてなしスタッフ大奮闘！コーヒーを入れる手つきもプロ並みです。今日は手芸の女性陣が多いため大忙しです。

男性スタッフは、給仕だけではなくありません。紙で作成した細かなピースを組み上げて作る暖簾づくりの指導も男性スタッフが行っています。



[暖簾づくり指導](#)



[女性陣の暖簾づくり](#)

手先の器用な女性の皆さんが作成しているのは、公民館に取り付ける暖簾づくりです。みなさんの手元にはスタッフが心を込めて作ったコーヒーが置いてあります。

写真右は、おばーちゃんと一緒に孫さんも暖簾づくりのお手伝いです。



[お孫さんのお手伝い](#)



[ピース組付け](#)

紙を加工して1個1個細かなピースを作り、それを縄のれんのように見立てるために、ピースを糸に通していく根気の必要とする作業ですが、最終工程の取り付け作業に入ってきました。



[暖簾づくり最終工程](#)



[楽器演奏\(ふれあい塾提供\)](#)

ふれあい塾の活動の一端を覗いてみると、「茶話会」では、皆さんが楽しそうに楽器に合わせて歌っています。(写真左)



[ロコモ体操\(ふれあい塾提供\)](#)

健康体笑会(皆さんが笑顔で)では、介護予防対策としてのロコモ体操を行っています。(写真右)

日本健康づくり対策に於いて”運動””栄養””休養”は健康づくりの3要素として中心的なものに位置付けられていますが、静岡県では、前述内容も重要視しつつ、新3要素として”運動””栄養””社会参加”を提唱しています。
まさに「ふれあい塾」で行っている事業は、社会参加であり この”社会参加”は、居心地の良い仲間と一緒にいる”休養”も兼ね備えている健康長寿の秘薬でもあると思っています。

取材：富士・富士宮・北駿地区担当 生きがい特派員 渡邊英機