

# 高齢者健康マージャン大会と講演会

(富士見が丘地区)

富士見が丘地区社会福祉協議会で平成 23 年 3 月から取り組んでいる、高齢者を対象とした友達づくりや要介護防止を兼ねた「地域の集い」を紹介します。

## 高齢者マージャン大会



地域内でマージャンファンが多いことから、24 年から事業がスタートしました。

当初はPR不足もあり、40 人の募集に対して参加者は 28 人でしたが、初めてとしては女性も多く、盛り上がった大会となりました。

3 回目の昨年は 40 人が参加、4 時間の対戦後、表彰式を兼ねた参加者と社協役員との恒例の交流会もあり、次回が待たれる大会となりました。

## 講演会

22 年からは「音楽で脳トレ健康」や「お口の健康で長生き」など、講師をお招きして講演会を開催しています。

参加者は、話を聞くだけでなく、木製の撥を両手に音楽に合わせ手足を動かす、歯ブラシを片手にクッキーを食べながら口を動かす、顔面体操をするなどで、終了後は皆さんスッキリとした顔で帰宅しました。



(富士見が丘地区地域福祉保健計画推進委員会 委員長 ほんごう もりお 本郷 守男 さん)

広報よこはま 平成27 年6月号より

掲載内容は発行時のものでありますので、現在と内容が異なる場合があります。

問合せ：事業企画担当

TEL.045-800-2433 FAX.045-800-2516