



お一人暮らしの方 &
昼間一人で過ごしの方のための

第3次七二会地区地域福祉活動計画

④多様なふれあいの場づくり

◇高齢者のふれあい会（独居・昼間独居の高齢者等）

高齢者のふれあい会 が開催されました！！

9月18日（水）七二会支所 大会議室にて



ご家族・お身内が遠くに住んでいて中々会えずに寂しい、一人暮らしで人と触れ合う機会が少ない、久しぶりに誰かとおしゃべりがしたいという方のために『高齢者のふれあい会』を企画しました。

～自己紹介～

こういう場所には
初めての参加になります。



たくさんの人に
行き会えるし、
このような場所は
有難いです。

～ご歓談～ お茶とお菓子を楽しみながら、和やかに... 「遥かぶりの人もいて嬉しいね！！」



～わくわくお手伝い隊の皆さん～
受付・会場設営やお茶出しなど、
いつも力になっていただいています。

～♪和楽器コンサート♪～ 還の会の皆さん



還の会の皆さんの三味線・箏・尺八と唄は
参加者の心にしみわたり、活力を与えてくださいました。

～みんなで『七二会フレッシュ体操』～



～お帰りの時間～



毎月やっている、
かがやき健康サロンに
もお出かけください。



2日前が敬老の日だったこともあり、お土産に紅白饅頭と助六寿司をお渡ししました。



6月17日（月）平出区お茶のみサロン ～平出区公民館にて～

暑い夏を皆で元気に乗り切るため、西部保健センターの中條保健師さんを講師に迎え、「血管を守って元気に長生きしよう！」というテーマでお話し頂きました。その後、手・足・頭を使った3つの違う動きをする体操にもチャレンジしました。今日の参加者は17名。皆さん、熱心にお話を聞き、体操にも取り組んでいました。

中條保健師さんのお話は初めて知ることも多く、また体操は簡単なようで頭と体力をフルに使うことを体感し、新しい発見のあった楽しい1日でした。

サロンに参加された皆さんが今日教えて頂いたことを何か一つでも生活に取り入れ、更にパワーアップして毎日を過ごしていただけたら、とても嬉しいです。

（平出区健康福祉推進員 竹内 泉）



＜夏まつり実行委員会より＞

8月12日に開催した「七二会夏まつり」には400人を超す皆様にお越しいただき、盛大に開催することができました。

ありがとうございました。

また、7月末にお知らせした以降も、協賛金がたくさん寄せられました。重ねて御礼申し上げます。

8月に受け付けた方々のご芳名を紹介します。

（敬称略）

【法人の部】

ながの農業協同組合 西部店

【個人の部】

鈴木 学	内川 隆明
小池 一秀	内川 明子
小池 真知子	吾妻 啓志
菅野 恵也	横山 崇
山本 晴信	石坂 秀夫

トレッキングコース整備

秋本番、トレッキングに最適な時期を迎えました。

長野市で第1号の認定を受けた陣場平のトレッキングコースの整備を、9月18日に、区長の方々にお集まりいただき、遊歩道及び駐車場の草刈りを中心に行いました。



比較的難易度の高い「犬戻りの坂」など、地区外にもたくさんファンがいる、特徴あるコースです。みなさんも、ぜひ！紅葉がとてもキレイですよ！

編集のつぶやき

文化祭って、どうして秋に開くんだろ？そっかあ、文化の日があるからか。でも、文化の日って新憲法が公布された日だよな。どうして文化の日って言うんだ？それなら5月3日の憲法記念の日は何なんだ？ そうそう、秋の夜長だ、いくらでも考える時間がありそうだ。

