



【<https://site4care.jp/>】
サイトフォーケアの記事は、
左のQRコードから
ご覧いただけます



取材のご依頼、
広報のご相談はこちら
090-7684-2106
pr@site4care.jp
担当：

校庭に大集合！週末のお楽しみ

2025年6月10日

第6回 大手健康ふれあいサロン（港区大手）

運動と語らいが心を広げるー広がる空に笑顔満開

小学校校庭で毎週末にグランドゴルフを行う「大手健康ふれあいサロン」。取材に訪れてまず驚かされたのは、その参加人数の多さ。年齢も性別もさまざまな人々が集まり、広いグラウンドいっぱいに笑顔があふれていました。ゲーム後には茶話会も開かれ、にぎやかな交流が続きます。



大手健康ふれあいサロン

朝の光とともに始まる週末のひととき

6月7日、8時を過ぎた頃から人が集まり始め、開始前にはすでに40人が勢ぞろいしていました。グラウンドの整備を率先して行う人もおり、自然な役割分担と協力の空気が漂います。

活動の始まりはくじ引きから。参加者は順番に箱からくじを引き、グランドゴルフのチーム分けを行います。「くじ引いていない人いませんか？」という声が響くと、周囲に笑いが広がり、初対面でもすぐに打ち解ける雰囲気生まれます。続けてラジオ体操で体をほぐし、いよいよゲームスタート。全8ホールを2ゲームで回り、1時間ほど体を動かします。



グループを決めるのはくじ引き



毎回ちがうグループで褒め合いながら体を動かす

つながる笑顔、交わる声

この日参加していた男女比はおおよそ半々。常連もいれば久しぶりの方もいます。「マーカー2つ持っていない？」という声が飛ば、すぐに誰かが笑顔で応じます。ゲーム中も和やかで、自然と声を掛け合う様子が印象的です。「先週も若い方2名が見学に来ましたよ」と、少しずつ参加者が増えたのだとか。

参加者の一人は、「体調が少し良くないかな、と思っけていても、話ができるから来てしまいます」と話してくれました。土日の朝に予定があることで、生活リズムが整い、気持ちにも張りが生まれるようです。「土日はここ。毎週来ることが励みになるね」という言葉には、週末サロンが日常の支えとなっている実感が込められていました。

ゲーム後には、近所の喫茶店や校内の会議室で茶話会が開かれます。お茶を飲みながら談笑する時間は、運動後のリラックスタイムでもあり、交流の場でもあります。「交流もできて運動もできて、本当にありがたいです」と話す人の表情には満足感がにじんでいました。

サロン概要

名称	大手健康ふれあいサロン
所在地	名古屋市港区大手町3丁目28-28（大手小学校）
開催日時	土曜・日曜 8:50～（雨天中止）
利用者負担	月額250円
運営	大手健康ふれあいサロン
申込・連絡先	052-651-0305（名古屋市港区社会福祉協議会）
参加方法	事前申込不要、当日現地集合で自由参加