



【<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：

毎月違う楽しみが待っている

2025年9月24日

第20回 中川なかよしひろば（港区中川）

「中川なかよしひろば」は、地域に住む人々が気軽に集まり、運動や手作り体験、ゲームなどを通して元気を分かち合う場です。毎回異なる企画が用意されており、企画に新鮮さがあります。取材した9月15日は、初めて取り入れたボッチャ。恒例のちゅーぶ体操からスタートし、参加者の明るい声が飛び交っていました。

暮らしの変化を楽しむ月1回の時間

パラリンピックの正式種目でもあるボッチャは、港区で注目されているスポーツの一つです。2026年にはアジア・アジアパラ競技会が名古屋で開催されることもあり、子どもから高齢者まで、世代を超えて楽しめる競技として、新たに楽しむ方が増えているそうです。

この日も、「いくわよー！」と声を弾ませながらボールを投げる参加者の姿がありました。「次は誰？私？どうすればいいの？」と戸惑いながらも、何度か対戦するうちに「赤の方が近いかな？」「そうだね、1点だね」と自然に会話が弾みます。投げたボールが思わぬ方向に曲がると「床に高低差があるのかもね」と笑いが広がり、失敗すらも楽しい時間になっていきます。



初めてのボッチャに緊張する参加者



声をかけて、声をあげて、いざ投球

みなと医療生協が運営しているので、2月には大腸がん、6月には歯科、9月には乳がん検診の啓発を行い、自分たちでできる尿検査キットの紹介もしているそうです。また、みんなで体を動かせるよう、ラダーステップの運動を取り入れる準備も進めているのだとか。過去には、参加者を講師にしてちぎり絵や回想法などを行ったり、この場で手作りアンパンやお菓子などを提供し、おやつなどを楽しんだり、飽きさせない企画のアイデアには脱帽です。

参加者の一人は「月に1回ここに来ることで、生活に張りが出る」と話します。別の方は「引越したばかりで知り合いが少なかったが、ここに通ってから別のボランティアにも参加するようになった」と語り、集まりが活動の広がりにつながっていることがうかがえます。単なる遊びの場ではなく、自分の暮らしを前向きに捉えるきっかけを与えていることが、この日の熱気からも感じられました。



冷たいお茶で一息つく参加者



応援する代表の杉山さん（手前）

気軽に集まれる場の存在意義

代表の杉山さんは「情報交換の場になってほしい」と話します。中には、手押し車を使って幹線道路を渡り、足を運ぶ方もいます。道路の向こう側にも拠点をつくりたいと考えているものの、トイレやバリアフリーの条件を満たす会場探しが課題だといいます。

港区中川は「本当に住みやすい街大賞2023in愛知」に選ばれるなど、利便性と発展性を併せ持つ地域です。新しいマンションや大型商業施設が次々と建つ一方、戦前から住む世帯もあり、地域で気軽に集まれる場は、多様な住民を繋げる力になっています。

今後は世代交代も見据え、若い世代が魅力を感じる企画に挑戦していく意欲を示しています。参加者は「気を使わない雰囲気が良い」と語り、運営側も「新しい方をいつでも歓迎している」と強調します。新たに住民になった方にとっても、月1回の参加が生活に彩りを加えるきっかけになるでしょう。まずは気軽に足を運び、自分の得意分野を活かしてみませんか。

サロン概要

名称	中川なかよしひろば
所在地	名古屋市港区七番町4-8（辰巳荘集会所）
開催日時	第3月曜10:00～12:00
利用者負担	100円
運営	みなと医療生協（中川支部）
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	当日直接会場へ