

【がマツ茶が中日新聞に掲載されました】



(第3種郵便物認可)

健康づくりみんな集まれ

蒲郡市シルバー人材センターが会員同士の親睦を深めようと、アビタ蒲郡店(港町)で毎月開いてきた交流行事「茶房がマツ茶」を十四日の次回から刷新し、会員以外の地域住民らも参加できるよう開放する。お茶を飲んで懇談したり、体操や折り紙、洋裁など毎回異なる活動を楽しんだり。参加費は一回百円。「気軽に立ち寄って」と呼びかけている。

(西山輝一)

三月下旬、会員のみで開かれた前回の「茶房がマツ茶」。アビタ蒲郡店の活動スペースで二十一人が音楽に合わせて体を動かしていた。市がつくったオリジナルの健康体操「ガマガダンス」。講師の動きに合わせて、両手を広げたり高く上げたりして体をほぐす。参加した稲吉よし子さん(84)は「みんなで運動し、爽やかな気持ちになれた」と話した。

センターの女性会員部会「がママム」が昨年十一月に始めた。部会長の沢井宏

依さん(81)は「健康でいつづけるためには自宅にこもらないことが大切。外出するきっかけになればと企画した」と狙いを説明。地域住民の居場所づくりを目指し、今月から会員以外も歓迎することにした。

次回は十四日午前十時～正午に開き、五月以降も第二金曜の同じ時間帯を予定。リンパマッサージや茶道、洋裁などの特技を持つ会員が講師を務める。「子育て中の若い人からお年寄りまで、買い物ついでに気軽に立ち寄ってほしい」と

蒲郡市シルバー人材センター 一般開放



講師(左側)の動きに合わせて体操する参加者
蒲郡市のアビタ蒲郡店で

沢井さんは呼びかける。事前申し込み不要。活動内容は市シルバー人材センターのホームページに掲載する。お問い合わせセンター＝0533(88)0316