

事例  
10-00

## ふれあいサロンでの「健康麻雀」の開催 安佐南区・山本第三東亜ハイツ

【取組主体：山本第三東亜ハイツ自治会】

概要

引きこもりがちな高齢者の健康維持のため、毎月3回、集会所において開催している「ふれあいサロン」に、新たな取組メニューとして「健康麻雀」を追加しました。

取組内容

- 平成26年8月に団地内で土砂災害が発生した際、住民間の共助精神の涵養、引きこもりがちな高齢者の健康維持のために、日頃からのコミュニケーションの場が必要との声住民から出ました。
- これをきっかけに、毎月3回、集会所において、茶話会や脳トレ、トランプゲーム、将棋、オセロ、グラウンドゴルフなどを行う「ふれあいサロン」を開催しています。
- このふれあいサロンに、新たな取組メニューとして「健康麻雀」を追加しました。
- 毎回ふれあいサロンに集まったメンバーが、その日にやりたいことを話し合い、やりたいことをやっています。

＜ふれあいサロンの概要【平成29年1月現在】＞

開催日時	第1・3水曜日 13時～17時、第4水曜日 13時～15時
場所	山本第三東亜ハイツ集会所
参加費	1回1人100円 ※集めた参加費でコーヒーや茶菓子を購入します。
参加者	毎回10～15人
取組メニュー	第1・3水曜日：健康麻雀、健康体操、茶話会、脳トレ、トランプゲーム、将棋、オセロ、グラウンドゴルフ、マジック教室など 第4水曜日：教養講座（外部から講師を招いた勉強会を開催）
費用	＜健康麻雀に係るもののみ＞ 約7万7千円（文字の大きな麻雀牌3セット、麻雀卓3台、事務用品等） ※全額市の補助金「まるごと元気」住宅団地活性化補助金により対応

ポイント

- ★ ふれあいサロンの開催案内チラシの充実、女性など麻雀は初めてという方を対象にした健康麻雀講座の開催、健康麻雀大会の開催など、1人でも多くの参加者が地域デビューできるように工夫しています。



初心者の女性もたくさん参加



ふれあいサロンで何をやるかの話し合いの合間に健康麻雀