

# 宮城いきいき便り



参加者全員で元気に体を動かす

宮城いきいき学園の卒業生が主催する「生きがい健康づくり大会」が9月から10月にかけて県内5校で開催され、それぞれの地域の住民らが増加し、大いに盛り上がった。

このうち毎年、開催地が入れ替わる仙南地区では、今年も巨理町中央公民館を会場に住民ら約180人が参加。講話やニュースポーツ、アトラクションが繰り広げられた。

いきいき学園仙南校の会場となっている仙台大(柴田町)の鈴木省三教授による講話は「健康で活力のある生活を

## 仙南地区は巨理で開催 生きがい健康づくり大会

おくるための動きづくりが演題。

鈴木教授は「2日寝ていると1年分の筋力が落ちる」「脳から遠い位置にある足の指をよく動かすと活力につながる」「認知症や脳卒中の



ニュースポーツを楽しむ参加者

予防のため、歩くときは方向を変える、斜め歩きする、ステップすると効果がある」といった話を披露し、参加者の大きな関心を誘っていた。

ニュースポーツは仙

台大の学生らが主導し、参加者を10チームに分けて五つのゲームを行い、達成度のトータル点を競った。あまり知らない参加者同士がチームを組み、いざゲームが始まると一致団結して飛んだり跳ねたり、心地よい汗を流しながらプレーを楽しんだ。

アトラクションとして和太鼓演奏やダンベル体操、獅子舞の披露もあり、会場を大いに盛り上げた。

いきいき学園では、卒業生を「生きがい健康づくり推進協力員」に委嘱。学園卒業後も学園生活で得た知識や経験を生かし、地域のシニアのリーダーとして継続的に活躍してもらっている。



気仙沼らしく大漁旗をはためかせ、そろいの法被姿で踊りを披露

「思いあい・支えあい・磨きあい」をテーマに、第19回宮城いきいき学園気仙沼・本吉校の文化祭が10月10日、気仙沼市本吉町の「はまなすホール」で開かれた。

開会式では最初に学園生全員で「宮城いきいき学園の歌」を斉唱。学園長でもある宮城県社会福祉協議会の鈴木隆一会長のあいさつを、庄司典夫常務理事が代読。「学園生の努力の成果が大勢の来場者に伝わり、地域の方々との交流が一層深まることを期待する」と読み上げ

た。気仙沼市の阿部久人社会福祉課長が菅原茂市長の祝辞を披露した。

この後始まったステージ発表では、学園生や卒業生が踊りやコーラス、体操、寸劇などを繰り広げ、年齢を感じさせない熱いこもった爽やかな演技に会場は大いに盛り上がった。

ステージ発表の合間には、学園生2人がそれぞれ「私の人生」からの人生「私の人生はつらつ」と題し体験発表。2人は学園生活がライフワークになっていることなどを語った。

作品展示の会場には、学園生の手による絵画や書、手芸、写真、陶芸など100点を超え、力作が所狭しと並び、来場者の目と心を楽しませていた。

学園の文化祭は、学習やクラブ活動の成果などを発表し、生きがいと健康づくり、地域開かれた。

芸など100点を超え、力作が所狭しと並び、来場者の目と心を楽しませていた。

学園の文化祭は、学習やクラブ活動の成果などを発表し、生きがいと健康づくり、地域開かれた。



学園生が仕上げた作品をじっくりと見入る来場者

## 日頃の活動成果を発表

いきいき学園気仙沼・本吉校文化祭