

令和7年度 大田圏域健康づくり活動表彰事業

受賞団体 活動紹介(地域部門)





圏域会長賞
活動期間10年以上



継続賞
活動期間 5 年以上



奨励賞
活動期間 3 年以上

北三瓶パッチワークの会（三瓶町）

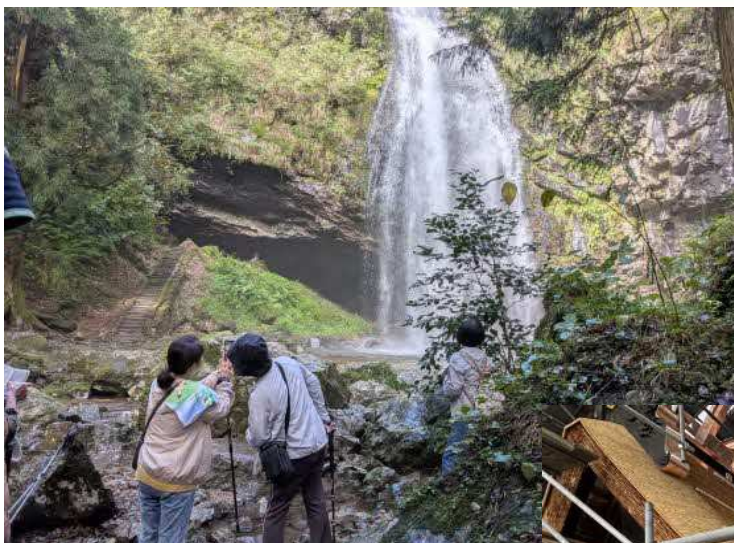


活動期間25年！婦人会にて
「何か作りたい！」という話にな
ったことが活動のきっかけ。

材料には、着なくなった服や
着物を使用しています。

みんなで集まり、おしゃべり
しながら手を動かすことが
楽しみ！

自然観察クラブ（静間町）



花や滝など自然観察しながら
ウォーキングしたり、文化財等
を鑑賞しています。

10/5（日）には、雲南市にあ
る龍頭が滝へ行ってきました！

滝を見て感動し、以降毎回
参加されている方もいます！

馬路ストレッチクラブ（仁摩町）



ボールやヨガマットを使い、
多様なストレッチを実施。

介護予防や仲間づくりを進める
うえで地区内の先駆者的存在に！

男性会員募集中！

三原の郷未来塾（川本町）



サロン活動から派生して
始まった「スープの日」では、
お互いが声をかけ合い、
協力しながら調理。

地元野菜を使用し、
栄養たっぷりのごはんは、
町内外から愛されています！

琴ヶ浜歩こう会（仁摩町）



ノルディックウォーク指導員のもと、琴ヶ浜でポールウォーキングを実施。

鳴き砂のキュッキュッという感触が、足裏の刺激に！

季節によっては、裸足で波打ち際を歩くことも！

馬路いっこいクラブ（仁摩町）



ボール、ベル、ベルターの
3つの道具を使いながら、
音楽に合わせて運動！

←ボールを常に上に向けて、
落とさないように肩をまわす
ことで肩周りのストレッチ！

みんなで顔をあわせてできる
ことが楽しみの一つ！

てごしょうかい馬路（仁摩町）



大田市の高齢者通いの場づくり
事業として始まった活動。

この日は、大正琴の演奏を
聴きました♪（写真左上）

パタカラ体操等で、声が出や
すくなった方も！（写真右下）

まちセンや警察と共同でイベ
ントを企画したり、活動を一
般の方に公開することも！



五十猛いきいき協議会（五十猛町）



大田市の高齢者通いの場づくり
事業として始まった活動。

この日は、大人気のペタンクを
しました！（写真左上）

歌を歌い口腔体操（写真右下）

利用者さんの元気さと、
反応の良さに驚かされます！



銀の里（大森町）



大田市の高齢者通いの場づくり
事業として始まった活動。

この日は、踊りを鑑賞しました！

おひなさま展など、地域の行
事に関連した活動もあります。

活動を通して、地域の様々な世
代・団体と交流しています！

ひばりの会（富山町）



大田市の高齢者通いの場づくり事業として始まった活動。

この日は、地域の子ども達と一緒に輪投げとダーツをしました！点数の計算で頭の運動にもなります！

お茶くみや血圧測定など、利用者さん自身で何でもしてもらうことがモットー！

大代えびすの会（大代町）



大田市の高齢者通いの場づくり
事業として始まった活動。

この日は、明治安田生命さんの
講演「血管を元気に!輝く明日
へ!」を聴きました（写真左上）

血管年齢を測定！（写真右下）

毎回違う活動ができるような
計画をしています！

多田サロン（川本町）

曼荼羅塗り絵



アジ釣り



創作活動の日、体操の日、健康講座、お出かけランチ等を計画。

「お互いさま」「助け合い」の
土壌をつくっていく！

年間予定をもとに、毎月の「サロンだより」で次回のお知らせをしています。

年齢問わず、誰でもウェルカム♪

救急法



体操の日



三大字サロン（川本町）

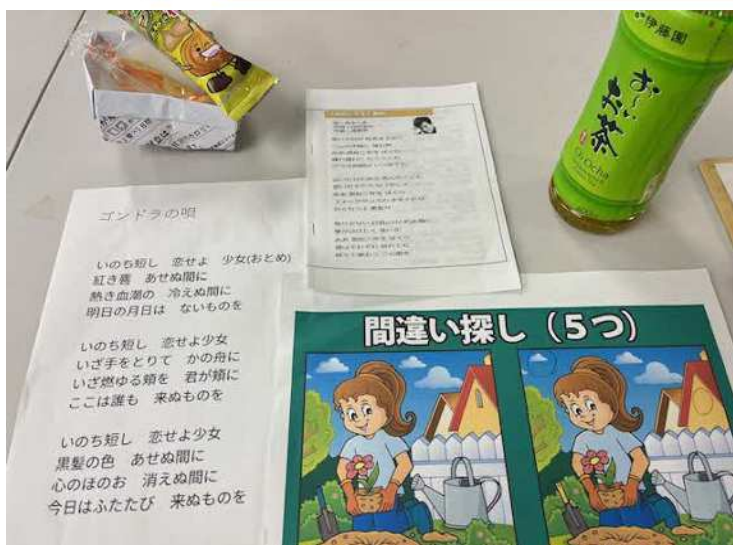


茶話会、健康講座、会食、創作活動など、参加者で意見を出し合いながら活動内容を決めます。

「北国の春」に合わせ体操！
（写真左上）

「元気な老人でいるための5つのポイント」について、お話を聴きました！（写真右下）

猫の手孫の手尾原の手（川本町）



参加する誰もが主役であることをモットーに、各自が好きなことを活動に自由に取り入れて実践！

間違い探しと歌は毎回あり。
（写真左上）

ドミノは大盛況！（写真右下）

困った時に「助けて！」と言える関係づくりが大切！