

あだち団塊ネットワーク

-東京都足立区-

あだち団塊ネットワークは、退職後のセカンドライフを応援する目的で足立区が実施した「団塊世代の地域回帰推進事業」の講座から誕生した6つの団塊世代グループのネットワークです。

職場から地域へ。
団塊パワー＆スキルを武器に、ふるさと足立区を
笑顔あふれる元気なまちに変えていきます！！

6つのグループの主な活動内容

- 団塊世代のネットワークづくりをサポート
- 健康づくりから地域貢献
- 高齢者の自立した生活を応援
- 遊び心を持ちながら地域社会と交流・居場所づくり
- 高齢者の身のまわり支援事業
- シニア世代の地域コミュニティづくりの推進活動

一緒に活動してくれるシニア募集中

あだち団塊ネットサエラ

<http://adachidankai.blog81.fc2.com/>

『うたごえ喫茶は定期的に開催しています。
ご参加ください。』

足立ほがらかネットワーク

fukuda-kenji@hotmail.co.jp

『身の回りの困りごと解決します。
仲間になって活動してくれる会員募集中。
どうぞ、事務局までメールください。』

コミュニティ・サロン「トウギャザー」

<http://takenotuka.blog111.fc2.com>

『一緒にトウギャザーしませんか。』

団塊綾瀬ネットワーク だんだん

http://blog.livedoor.jp/dear_ayase/

『団塊世代の皆さん、退職予定の方、
仲間に入りませんか。』

サザンさわやか倶楽部

nakamuraa@coda.ocn.ne.jp

『健康と食をキーワードにさまざまなイベント
を手がけていきます。ぜひご参加を。』

脳トレ・ソーター 「ななかまど」

chiyo42@zat.att.ne.jp

『脳トレに興味のある方はメールでどうぞ。』



ネットワーク・グループ紹介

地域での支えあいを軸としたコミュニティ作りを目指してがんばっています!!

あだち団塊ネットサエラ

- 足立区団塊世代の地域回帰推進事業の講座第1期生のグループ
- 歌声喫茶のイベントやブログ作りなどのITの普及啓発活動を行っています。
- 区の事業への協力

エンジョイ・ライフ送るためには、多くの仲間とともに学び、遊ぶことのできる交流の場“コミュニティ・サロン”があればいいですね。

コミュニティ・サロン「トゥギャザー」

- 平成20年3月に発足した団塊世代講座3期生のグループ
- シニア世代が共に学び、遊ぶグループですが、特に遊びを通じた地域社会との交流・居場所づくりを目指しています。
- 足立おもしろ歴史講座、和菓子教室などを開催



ホームページ

<http://adachi-dankai.genki365.net/>
をご覧ください。

一人ひとりの持てる力が、さざなみから大きな波紋になって、地域を変えていくけるはず!

足立ほがらかネットワーク

- 団塊世代講座受講者の有志が声かけをしてでき、新しい団塊世代ネットワーク
- リタイアした団塊世代の個人スキルを活かしながら、地域社会の中で、少しでもお役に立てたらと、高齢者の身のまわり支援サービス事業を展開していきます。
- めざせ「足立のコンシェルジェ」!!!

いきがいの発掘と、これまでの経験を生かした社会地域貢献活動を目指して、新たなことにどんどんチャレンジ!

団塊綾瀬ネットワーク(だんだん)

- 足立区東部エリアに住む団塊世代を対象にした講座から誕生した第4期生の団塊グループ。今年4月に発足したばかり
- 紙ひこうきや万華鏡づくりなど、親子で楽しめる「手作りひろば」を毎月開催しています。
- 団塊向け地域デビューガイドマップの刊行なども展開中

団塊世代の人生経験を活かし、皆さんと一緒に人生を大いに楽しもうと余暇活動を提供!

サザンさわやか倶楽部

- 足立区の団塊世代講座2期生で、元気あふれる団塊世代
- サザンさわやか倶楽部では、リタイアした人、退職目前の人などに、健康づくりを柱にした余暇活動を提供することで地域貢献に取り組んでいます。

- そば打ち体験
- 薬膳講座
- スポーツ吹矢



高齢者が自立し、尊厳の感じられる生活が送れることを目指して活動!

脳トレ・サポーター ななかまど

- 脳トレ・サポーター ななかまどの会は、「がんばらない でも なげがない」を合言葉に「脳トレ教室」を開催
- 音読、数字ならべ、数字合わせ、計算、手話＆歌唱などの作業を通して、脳の活性化を促しています。
- 現在、体験出張講座を実施中。社協と協働し施設などに訪問します。

団体の主な活動エリア

足立区

千住・中央本町・西新井
梅田・関原・本木・弘道
竹の塚・東保木間・綾瀬
西綾瀬・東和・中川・佐野
大谷田など区内各地域



サエラ主催「うたごえ喫茶」会場は区役所展望レストラン。参加者は160名にもおよび、毎回満員御礼・大盛況



サエラはアクティブシニアの典型。「ビールづくり」や「街歩き」歴女もいるので、博物館めぐりなどを楽しむ。



足立区内喫茶店を拠点に隔月で「うたごえ喫茶」を開催。毎回あふれるほどの参加者だ。(梅島、喫茶ふるーと)



サザンさわやか倶楽部は梅田住区センターで「健康スポーツ吹き矢教室」を開催している。



これは東和センターでの吹き矢教室。足立区は健康づくりのメニューとして「吹き矢」が盛んだ。



団塊ネットワークづくりのためのブログ講座。講師は「サエラ」や「だんだん」のメンバーが務める。



足立ながらかネットワーク発起人会のメンバー。先進NPOの視察で我孫子市の「あひこ・シニア・ライフ・ネット」を訪問した。



サザンさわやか倶楽部のもうひとつの基幹事業は「薬膳教室」会員に有資格者がおり、薬膳を通じ健康への啓発活動を行っている。



カラーコーディネート講座。シニア世代は色使いにも気を使いおしゃれを楽しむ。



コミュニティサロンントウギャザー主催の歴史講座。写真は開架400年を過ぎた千住大橋を芭蕉が降りたあたりから望む。



トウギャザー主催の江戸文化「投扇興」。大河ドラマ篤姫にもでてきた。



トウギャザー・和菓子づくり教室。和の遊びからコミュニティを育て、現在のテーマは竜馬の許婚の千葉さん子を探している。



脳トレ教室の様子。基本は数字合わせと計算、音読など。



脳トレサポーター「ななかまど」と会員のみなさん。月2回実施、弘道住区センターで1年間講座を受け持っている。



脳トレ教室は、手話を交え唱歌を歌ったり、体を使いストレッチしたりと、毎回工夫を凝らし笑いが絶えない。



プールに育ったヤゴを救出するイベント。環境NPOに協力し団塊世代ネットワークは重要な助っ人になっている。



団塊綾瀬ネットワーク「だんだん」のメンバー。お互いをよく知ろうということでミニウォークから活動を始めた。



「だんだん」の地域貢献活動「てづくりひろば」、第4日曜定期開催。紙飛行機や万華鏡、和凧など親子に工作を体験させている。