

お知らせ & 報告

発信の仕方について

チラシ

『生活支援コーディネーター通信』(包括発行中)。
年に4回くらい。
置かせて頂けるところに発行の都度、差し替える。

地域にこんなものがあっていいな。
これからもずっと住みたい地域は…?
を話し合う場。それが「**たが和っか**」です。



「たが和っか」
防災について考えるチーム

令和4年11月8日保育所の避難訓練に参加しました。雨の中、
年長さんの子どもたちが町内会長さんや、防災士でもある
郵便局長さんなど地域の方と一緒に歩いて訓練しました。
地震や津波など災害は、いつ
起きるかわかりません。参加
して改めて気付いたことは…
**常日頃からの地域の
つながりの大切さ**でした。



「たが和っか」
居場所について考えるチーム

集いに参加する男の人は少ない…
とよく聞きますが、何か目的があると参加しやすいのかも！
「卓球」「麻雀」とか。
やってみて、参加してみても「楽しい！」と感じると
また来たりしますよね。



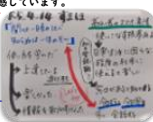
**いろんな世代が集まれるところ。
気兼ねなく集まれるところ。**
そんな居場所があったらいいね！
と話しています。

「たが和っか」
すまほについて考えるチーム

「たが和っか」の中でスマホの使い方を教えあったり、LINE
のグループを作りました。
メンバーさん自身が便利さを実感しています。

**人とのつながりにスマホが
活かせないかな…?**

元気に楽しく暮らしている方
の体験談や、地域の情報など、
わかりやすく発信していきたい
ら！と考えています。



中央包括からのお知らせ

包括センターのサロン「**ふらっとよらいん**」は、
生協多賀城店の集會室

第3木曜日10:00~11:30

に開催しています。どなたでもご参加ください！
ちょっとしたためになって楽しいお話を、簡単にできるもの
づくりをすることも。12月は皆さんの手作り作品などを展示する
「**文化祭**」を予定しています！ふるってご参加ください！



～出張～

「**ふらっとよらいん**」
もさせていただきます。
お気軽にご連絡ください！

中央地区
コーディネーター通信
2023 春号



《集活》

最近してますか？！

コロナ対応も変わってきて、
集まって顔を合わせられる機会が増えそう！
暮らしの中にあるつながりが、
自身の元気・みんなの元気
に繋がっています。

広報紙

社協の『社協だより』に掲載。
年に3回。
全戸配布。

お役立ち

災害ボランティアセンター

多賀城市地域福祉活動計画

会長就任挨拶

理事に就任された方々

役員に就任された方々

令和4年度
歳末助けあい募金実績

募集額	1,827,830円
全戸募集合計	1,778,131円
内訳	
年々募集額	2,362,720円
子ども家庭(1ヶ月)	95,000円
認知症対策(2ヶ月)	60,000円
障害者生活支援(4ヶ月)	1,500,000円
社会福祉事業	1,155,415円
交付金集計	492,719円

歳末助けあい運動

多賀城市
社協だより
2023年
No.70

社協だより

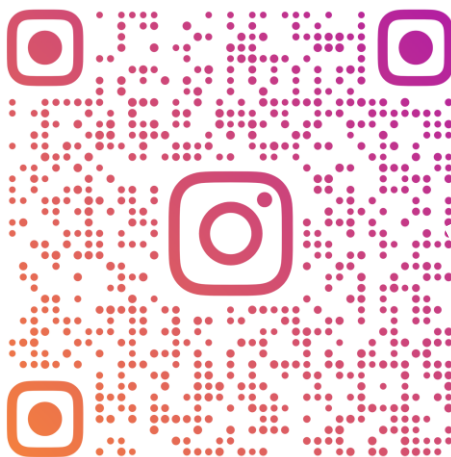
いしき福祉
記録 受付

歳末助けあい運動で
ひとり親家庭に
食料支援をしました

社協福祉協議会とは?

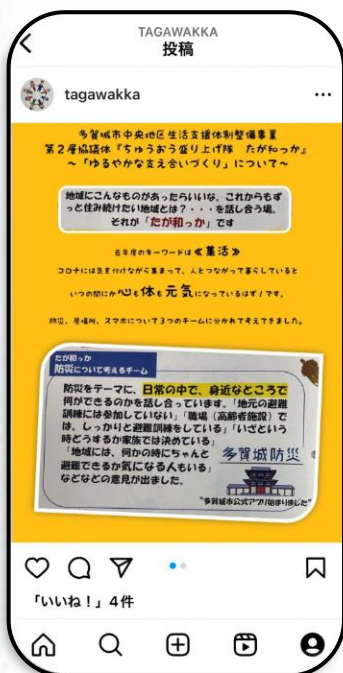
🌸 インスタグラム

たが和っかのInstagram開設！
協議体メンバーがそれぞれ投稿可能。
チラシや広報紙にQRコードを掲載し、
興味ある方がそれぞれ見られる。



はじめました

TAGAWAKKA



お知らせ



◎みんなで食べよう会

4月27（木）に山王公民館で開催しました。

ショートメールで2組。

チラシで2組。

ロコミで3組。

計7組の希望。

大人の方のみの方が14名の希望。

ボランティアさん含め、13名の参加者で61食を作りました。



8月18日（金）

会場を借りられたら対面で開催予定！

◎ふらっとよらいん



5月18日（木）10：00～

認知症について

6月15日（木）10：00～

シニアの食事について

開催予定となっております。

◎シルバー人材センター

はじめてのスマホ教室

無料の初心者向けスマホ教室を実施します。

「スマホに触ったことがない」「スマホの購入を考えている」「持っているけど使い方が分からない」という初心者の方でも大丈夫！楽しく・わかりやすくスマホについてお教えいたします。この機会にスマホを学んで色々なことにチャレンジしてみませんか？使うスマホは貸し出しますので**手ぶらでOK**です。是非、お気軽にご参加ください。

【受講対象者】

多賀城市在住の60歳以上の方
受講するにはまず、「ワークプラザ利用登録」が必要です。

※登録料、受講料は**無料**です。

【教室内容】

＜基礎編＞

電源の入れ方から消したなどの操作方法、
アプリやカメラ、ナビの使用方法
など基本的な使い方を学びます。

＜SNS編＞

LINE(ライン)などの SNS(ソーシャルネットワーキングサービス)の使い方を学びます。



講師は

ソフトバンクの方

他社のスマホを使用中の方でも参加いただけます。

日程表

会場：多賀城市シルバーワークプラザ

日にち	内容	時間	定員	締切
4月14日(金)	基礎編	10:30~12:00	15名	4月7日(金)
4月27日(木)	SNS編	13:30~15:00	15名	4月20日(木)
5月12日(金)	基礎編	13:30~15:00	15名	5月6日(土)
5月29日(月)	SNS編	10:30~12:00	15名	5月22日(月)
6月7日(水)	基礎編	13:30~15:00	15名	5月31日(水)
6月27日(火)	SNS編	10:30~12:00	15名	6月20日(火)

※何度でも同じ教室を受けてもかまいません



【申込方法】

シルバーワークプラザ備え付けの申込用紙へご記入いただきます。
(先着順ですので、定員となり次第締め切りとなります。)

【問い合わせ先】

多賀城市シルバーワークプラザ指定管理者

公益社団法人多賀城市シルバー人材センター

TEL:022-368-2350 休館日：毎週日曜日・祝日

※感染症対策のため、必ずマスクを着用し参加してください。

※教室の様子を撮影し、ホームページ等で使用する場合があります。

60歳以上のみなさまへ

プロから学べる!!

知って得る簡単お掃除術!! **参加無料**

お掃除セミナー

参加者募集のお知らせ

汚れに合わせた薬剤の選び方、便利な道具の使い方など、
実技を交えて、短時間でキレイになるコツを教えます。
お掃除が苦手でも大丈夫、
快適な暮らしを実現しましょう。

日時 令和5年 6月5日(月)
9:30~12:00

申込 令和5年5月25日(木)
締切日 17時必着 [平日 9時~17時受付]

会場 多賀城市
シルバーワークプラザ
作業室

定員 20名



対象

多賀城市にお住まいの60歳以上の方で、シルバー人材センターの入会を検討されている方、また、未就職のシルバー会員や職歴更新希望の方も対象です。

同時募集

整理収納セミナー **参加無料**

タイプ別に自分にあった片付け方を学びます。
令和5年9月8日(金) 9:30~12:00
応募締切/8月23日(水)

申込み方法

参加希望の方は、多賀城市シルバー人材センターにお電話していただくか、窓口にてお申し込みください。
申込員(20名)を超過した場合は抽選とさせていただきます。
抽選日(抽選)は抽選日より前日までに通知いたします。

◆公益社団法人多賀城市シルバー人材センター TEL.022-368-2350

〒985-0837 多賀城市中央2-25-1シルバーワークプラザ内 受付時間/月~金曜日 9:00~17:00

◆公益社団法人宮城県シルバー人材センター連合会 TEL.022-797-8035

〒980-0014 仙台市青葉区本町3丁目4-18 受付時間/月~金曜日 9:00~17:00
太陽生命仙台本町ビル4階

スマホ教室今年度も開催
します！

セミナーも開催します！
お気軽にお問い合わせく
ださい



お知らせ

・ふらっとよらいん 包括主催サロン毎月開催!

ふらっとよらいん

足すことだけでなく、引くことで素敵なカタチになる。
そんな芸術もあるんですよって～
今月も熱中症対策をしながらサロン開催予定です。
ご都合が合いましたら、寄ってみてください。

日時: 8月17日 木曜日
10時～11時30分

場所: 生協 多賀城店
集会室

参加費: 100円

ふらっとよらいん は気軽に
おしゃべりや相談ができる。
楽しくて、ためになるどころ！
地域のみなさんと一緒に、
ちょっと一息つきませんか？



※体調の悪い方は、ご遠慮願います。

お問い合わせ
多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

参加費
無料

・劇団いっぽ



市内の3包括の職員で結成した劇団。
認知症サポーター養成講座や、地域
に出向き認知症について理解を広め
るために活動していきたい!



～ゴミ出し場面での様子～

・防災訓練について

《大代》

11/16 (木)

多賀城市民サポートセンター
ワークショップ

11/17 (金)

本番



・貞山高校 食糧支援



目的は・・・

- ・SDG sでフードロス!
- ・学生にもしっかり食べて
もらいたい!

日程

7/25 (火) 14:30～

- ・みんなで食べよう会
コロナ感染状況によって開催も検討。
⇒運営者会議の結果
8/18（金）テイクアウトで開催！



～みんなで食べよう会～

- ・メンバーからのボランティア参加募集！
- ・300円お弁当購入希望の方は、先着3名！

※参加希望の方は、
8月9日（水）
（次回のたが和っか前日）までに
千葉まで連絡下さい。

実際に見て、聞いて分かったこと
を発信していこう！

～7月からの報告～



- ・ 貞山高校 物資支援
『ライフサポートデイ』 毎月1回実施



- フードロス
- 食糧支援
- 地域とのふれあい

の目的がある。地域のボランティアと学生とのふれあいができ、知り合うことができる。

つながりから、貞山高校文化祭の売り上げをフードバンクに寄付するなど、ボランティア精神も培われている。

《参加してみて・・・》

和田さん

貞山高校に初めて行った。
生徒さんが自身で選び、持ち帰るシステム。
生徒のみなさん素直な感じで、楽しそうな
学校生活を垣間見れて良かった。



・ お祭り取材

隅田地区：なし

志引地区：秋祭り

桜木地区：町内会と子供会で開催

新田中地区：400名来場

塩竈：400名来場

新田3区：開催からの高橋地区お祭りへ流れる

八幡上一・上二・下一地区：合同開催（公民館まつり）

東田中南地区：開催炊き出し訓練を兼ねた豚汁づくり



絶賛!!
夏祭り取材中!
by 川口

- ・ 子ども会が無くなっている
⇒子どもたちの役割、仕組みがなくなっている
- ・ 平時からつながれるキッカケになる
- ・ 世代を問わず、夏祭りを楽しみに待っていた。

お知らせ

- ・みんなで食べよう会
8/18（金）テイクアウトで開催！



～みんなで食べよう会～

- ・メンバーから
小林（郁）さん・晴美さん
橋本さん・大石・千葉
応援してきます！



- ・ふらっとよらいん
包括主催サロン毎月開催！



真夏の疲れは残っていませんか？手軽に作って
もりもり食べて元気を取り戻していきましょ！
今月もウキウキをしながらサロン開催予定です。
ご都合が合いましたら、寄ってみてください。

日時：9月21日 木曜日
10時～11時30分

場所：生協 多賀城店
集会室

参加費：無料

ふらっとよらいん は気軽に
おしゃべりや相談ができる
楽しくて、ためになるところ！
地域みなさんと一緒に
ちょっと一息つきませんか？



※体調の悪い方は、ご遠慮願います。

お問い合わせ
多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

- ・社会福祉協議会
創設70周年記念事業
【第9回多賀城市社会福祉大会】

9月22日（金）
10：00～



是非、ご参加下さい!!



～8月からの報告～

・ふらっとよらいん

講師：旭ヶ岡の富田さん



【スクラッチアート】頂きました。『難しそう』とおっしゃっていた参加者の方々。クレパスを使うのも久々でしたが、ご指導のもと、思い思いの花火が出来上がりました。



男性

ふらっとよらいん

Welcome

包括主催サロン毎月開催!

ふらっとよらいん

季節も変わって、カラダも寒さの準備をしたいころ。
元気な方々から元気の素を教えてください!
今月もワクワクしながらサロン開催予定です。
ご都合が合いましたら、寄ってみてください。

詳しくは

日時: 11月16日 木曜日

10時~11時30分

場所: 生協 多賀城店
集会室

参加費: 300円

持ち物: エプロン・三角巾
マスク

定員: 30名(予約制)

今月のテーマは..

簡単レシピ
作ってみよう!

食改推進委員さん
シリーズ! 楽しく今回は、
実践してみよう! 簡単で、美味しく元気な
メニューを知って食べて
お楽しみください!

男性のすも
大歓迎!

お申込み・お問い合わせは...

多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

11/9(木)

までにお申し込み下さい

志引保育園の避難訓練

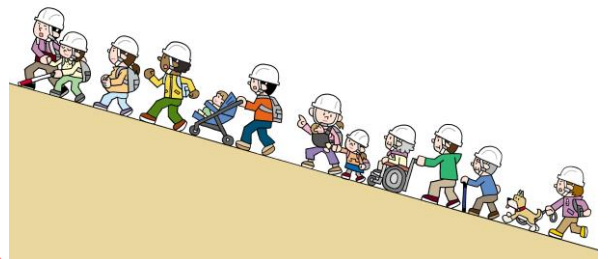
日時 10月17日(火)

9:30

集合 志引公園

和っかメンバー参加予定者

和田・菊地・大石・千葉



八幡福寿会

日時: 11月8日(水)

10:00~

場所: 八幡集会所

○講話:

○たが和っかのお知らせ

○食改さんの食事



ふらっとよらいん

『文化祭』開催!

ふらっとよらいん

~お知らせ~

皆さん、今年の年末に《ふらっとよらいん》の文化祭を
開催予定しています!!

皆さんのご自宅にある昔の写真や、手芸作品、絵や書、
などなんでも構いません。

当日に発表したい!というのもアリです。

持ち寄って、作り方やそれにまつわる

エピソードなどを教えて

下さい。多数のご参加

お待ちしております ☺

日時: 12月21日 木曜日

10時~11時30分

場所: 多賀城市社会福祉

センター 2階

参加費: 無料

※体調の悪い方は、ご遠慮願います。



お問い合わせ

多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

～10月からの報告～

11月

八幡福寿会

11月8日(水)八幡公民館にて開催されました。地域のシニア世代の方18名、食改善推進委員6名の参加。メインの講話は、多賀城市危機管理課から【防災について】のお話を防災マップを用いて地域の特徴に合わせて説明されました。質疑では、訓練について実践的な方法でやらなきゃ意味がない！というご意見もありました。

八幡福寿会

出前講座

1.あいさつ 今野会長

2.講話 “防災について”

3.説明 “中央地区生活支援体制整備事業について”

4.休けい

5.会食

6.閉会

食生活推進員による健康メニュー



次に、《たが和っか》についてお伝えコーナーを設けて頂きました。大石さんから『和っか』の役割や活動について伝えてもらいました～！今度、より詳しい説明の機会を設けましょう👍



最後に、食改善推進委員の皆さんが用意して下さっていた昼食を、皆さんで頂きました。減塩の工夫や、栄養価の高い古代米の調理アイディアなど教えて頂き、お腹も満腹となりました。

志引保育園の避難訓練

10月17日(火)志引保育所から、地域のシニア倶楽部のさくら会さんに協力要請があり、実施に至ったそうです。シニアの方々が援護する・・・？のか、子どもたちが援護してくれている？のか・・・ともあれ、仲良く安全に実施・終了できて良かったです。有事がないことを祈り、このつながりは12月のお楽しみ会へと続きます～♪



プレ交流DAY

11月11日(土)

- 多賀城市で活動する団体を知る。
- 中学校を開放し、地域の住民さんとの交流の機会をととして、『地域と共にある学校づくり』の第一歩とする。
- 防災に関する体験をととして、防災意識を高める地域と学校が連携して防災活動に取り組む基礎をつくる。

を目的として開催されました。

当日は寒さもあり、帰ってしまう方も多かったようですが、なんだか楽しみな取り組みですね～！

開かれた学校と、地域の交流が安全に楽しいものになることを期待しちやいます♡



八幡下二地区 防災訓練



撮影：タッキー

市の防災訓練で、八幡下二地区は多賀城小学校へ避難。その後、5区集まっのブロック訓練が八幡小学校で実施されました。小学生・消防も参加し、各ブースでの体験もできました。ハザードマップに沿っての訓練ではなかったものの、防災に対しての意識を高める機会となったのではないのでしょうか。来年こそは、独自訓練を実施しましょう！滝口会長！！



お知らせ



志引 お楽しみ会

令和5年12月8日(金)

場所：志引保育所



さくら会さんも参加予定

志引 単独訓練

令和5年12月9日(土)

場所：志引公園



炊き出しもしますよ～！

第17回「みんなで食べよう会」

今回はテイクアウトではなく、みんなで楽しく食べましょう！！

大人 300円
小学生・幼児 100円

12月3日(日)
11:00～12:30
山王公民館 2階和室

いつも美味しくて好評です(^^)

日曜日開催ですので、ご家族みんなでどうぞご参加ください！



お友達にもお声がけください！

みんなで会食を再開しました！！

日時：2023年12月3日(日)
11:00～12:30

場所：多賀城市山王地区公民館
(2階和室)
多賀城市南宮字毛上28
山王駅から徒歩1分

料金：大人 300円
こども 幼児 100円

～メニュー～

スープカレー
温野菜
ドリンク
デザート

※即会によりメニューが変更する場合もあります。
※申し訳ございませんが、アレルギー等には対応しておりませんのでご了承ください

申込・問い合わせメール又はお電話で下記までご連絡下さい。
電話：090-7332-4409 (和田宛)
ショートメールも可能です

電話受付：午前 8:30～9:30
午後 5:00～7:00

※先着10組までですので、お早めにお申込みください。
～事前予約が必要です！～

※キャンセルの場合は前日までにご連絡下さい

※次回 乞うご期待！！
お楽しみに♪



ふらっとよらいん

『文化祭』開催！

ふらっとよらいん

～お知らせ～

皆さん、今年の年末に『ふらっとよらいん』の文化祭を開催予定しています！！

皆さんのご自宅にある昔の写真や、手芸作品、絵や書、などなんでも構いません。

当日に発表したい！というのもアリです。

持ち寄り、作り方やそれにまつわる

エピソードなどを教えて

下さい。多数のご参加

お待ちしております ☺



文化祭

日時：12月21日 木曜日
10時～11時30分

場所：多賀城市社会福祉
センター 2階

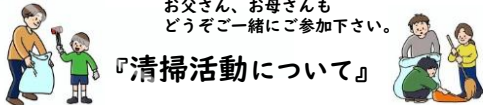
参加費：無料

※体調の悪い方は、ご遠慮願います。



『いも煮』と『清掃活動』

八幡下二町内会の
中学校以下の生徒と子どもたちへ案内
お父さん、お母さんも
どうぞ一緒にご参加下さい。



『清掃活動について』

- ・食事の前、30分程度の清掃活動にご協力願います。
- ・清掃活動ルート等の詳細については当日説明します。
- ・清掃活動用具は、町内会で準備します。

1. 日時：令和5年11月19日(日)
2. 集合時間：午前10時30分
3. 終了時間：午前11時45分ごろ
終了次第、役員会とします。
4. ところ：八幡下二集会所
5. 参加料：無料です
6. 雨天時：食事会だけとします。

※体調の悪い方は参加をご遠慮願います。

お問い合わせ

八幡下二町内会
会長 滝口 一男
TEL 090-1498-0446
防災・防犯部長 岡崎 貞敏
TEL 090-2956-0511



みんなで食べよう会

今回は、集まっての会食できました！

お子さん連れのご家族や、ボランティアさんのお仲間たちなどが集まり、自己紹介をして笑いのある和やかな会となりました。

たくさんのお野菜取り放題のスープカレーや

食後のデザートは焼きたてワッフル。

美味しい・楽しい・嬉しいがあふれてました～

いただきます



ごちそうさま



志引のお楽しみ会



志引保育園のお楽しみ会に、

サンタやトナカイとなってさくら会さんも参加し、

手話をまじえたコーラスを披露♪

園児たちも、発表会で披露した歌やダンスを披露♪

さくら会さんが作って下さった紙相撲の土俵と力士で対戦。

対戦中に園チームを応援する子どもたちは大盛り上がり！

最終戦はさくら会さんが勝利～

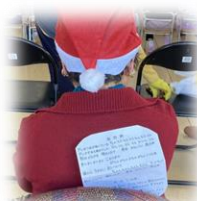
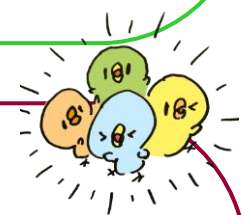
会終了後も楽しめるように、各クラス分の手作り土俵と紙力士をプレゼント。

『しばらくは、紙相撲がブームになりそう』と園長先生。

『童心に帰って楽しい時間だった』とさくら会の会長。

互いにいい刺激と、優しい気持ちが通う素敵な交流はつく…

そのあと、さくら会さんはお隣の集会所で忘年会でした～



地域清掃といも煮



～八幡下二地区～

タッキー
会長

秋晴れ、下二地区の休日…

集会所が朝から賑わっている。

蛍光色のユニフォームをまとったBOUHAN部隊。

その中から滝口会長登場！からの挨拶の後、まもなく出発。

小さい子も一生懸命にゴミを拾って、長い距離を最後まで歩いて地域を綺麗にしていた。

達成感の後には、身に沁みる豚汁。

皆さん、温まって満腹になった。

防災倉庫からのお土産も渡され、清々しい表情で解散！



ふらっとよらいん



今年度3回目の食生活改善推進委員さんのご協力を頂いた。

今回は、待ちに待った実践からの実食！

当日に5～6人ずつの班を作った調理にも関わらず、

皆さん声を掛け合いながら手際よく進めていった。

男性の方も、女性陣からの指示のもと、丁寧な作業でうまく役割分担されていた。

フードロスが裏テーマにあり、実は栄養価の高いピーマンの種を混ぜ込んでハンバーグを作ったり、水の代わりに豆腐を使う事での触感の変化に、ベテラン主婦の参加者も発見が多かった様子。笑顔あり、学びあり、満腹ありであっという間に終了となった。



お知らせ

お宝事例発表会

令和5年度
多賀城創設記念
30周年
お宝事例発表会

つなぐ、つなげる。支え合い。

日時 令和6年2月1日(木)
10:00~12:00
(受付 9:30~)

会場 多賀城市文化センター
(市民会館小ホール)

主な内容(変更の場合あり)

- 「地域のお宝」とは
- 住民主体の地域での取り組み
- 子どもと地域のつながり
- お宝事例発表会がもたらした効果etc

私たちの暮らしの中における自然な支え合い活動を「地域のお宝」と称しております。平成29年度から発掘してきた「地域のお宝」を「見える化」することで、人とのつながりや支え合いの大切さを伝えてきました。これまで発掘・共有した「地域のお宝」の効果や広がりを紹介し、あらためて「地域のお宝」の持つ意味や役割及び大切さを皆さんと共に考えてみたいと思います。

(担当)多賀城市保健福祉部 社会福祉課 地域福祉係(022-368-1401)
介護・障害福祉課 介護支援係(022-368-1498)

ふらっとよらいん

ふらっとよらいん

1日24時間、そのうちで眠っている時間は3~4割。
個人差はありますが、カラダの維持に睡眠も重要!
今月も興味津々でサロン開催予定です。
ご都合が合いましたら、寄ってみてください。

日時:1月18日 木曜日
10時~11時30分

場所:生協 多賀城店
集会室

参加費:無料

フリータイム
もあきますよ

今月のテーマは…
【より良い睡眠のために】
ヤクルトさんから、
眠りについてのお話を頂きます。皆さんの睡眠にもイイこと聞けるかも…

ふらっとよらいん は気軽に
おしゃべりや相談ができる、
楽しくて、ためになること!!
地域のみさんと一緒に、
ちょっと一息つきませんか?

22歳もしよう しゅうくしゅう かんきもしよう

※体調の悪い方は、ご遠慮願います。

お問い合わせ
多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

ふらっとよらいん

『文化祭』開催!

ふらっとよらいん

~お知らせ~

皆さん、今年の年末に《ふらっとよらいん》の文化祭を開催予定しています!!

皆さんのご自宅にある昔の写真や、手芸作品、絵や書、などなんでも構いません。

当日に発表したい!というのもアリです。

持ち寄って、作り方やそれにまつわるエピソードなどを教えて下さい。多数のご参加お待ちしております◎

日時:12月21日 木曜日
10時~11時30分

場所:多賀城市社会福祉
センター 2階

参加費:無料



※体調の悪い方は、ご遠慮願います。

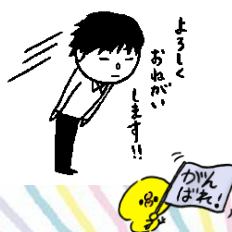
お問い合わせ
多賀城市中央地域包括支援センター
022-368-6350

このたび・・・

メンバー交代

12月から
小山 広義

12月まで
千葉 洋子



次回のたが和っかは

1月12日(金) 13:30~多賀城市社協2階会議室



星

彰

さん

～市政功労賞～

多賀モリ会をつくって、初代会長の星さん☆
立ち上げ当時のお話を伺うと、

『なかなか大変だったけど、面白かったね！
こんなに広がるとは思ってなかったけどね』
とニコニコ話されます。

大変だったこともきっと、周りには見せずに
やってこられたのでしょう。

会長から退かれても、会員として今もなお
地域で多賀モリ体操を伝え続けています。



たがモリ体操で、
地域も元気！星さんも元気！



多賀城発で多賀城着。ヒト・コト・モノを届けます
「tag」は多賀城をもっとよいまちにしていきたい、社会や地域のため
に何か活動したいという方を応援する月刊フリーペーパーです。

多賀モリ体操
元気モリモリ！

「多賀城元気モリモリ体操（通称：多賀モリ体操）」
は、介護・認知症予防のための多賀城のご当
地健康体操です。市内の地区集会所やイベン
トでこの体操を披露しながら啓発活動を行
っているのが、「活動的な85歳を目指し
ましょう」をスローガンに活動している「多
賀城市多賀モリ会」です。多賀モリ体操と
ともに今年設立10周年を迎え、10月24日
（火）には記念イベントが開催されました。
基調講演のあとに各地区の活動紹介があり、
高齢者の健康づくりだけでなく居場所づくり
にもつながっていることが紹介されました。



多賀モリ会のみなさん。現在、135名のメンバーがいます。



代表理事の星さんは「10年後も20年後も、
元気に過ごせるための足がかりとなる
ことを目指しています」と話してくれました。

きっとココ星さん

