



○町内活動

七月二十一日午前六時二〇分過ぎ、県町から二人、三人と役場に向かう人の流れ。役場前駐車場の人の数が次第に増え、やがて六〇〜七〇名ほどになった。その顔ぶれは、

幼児・小学生・中学生・

中高年者と町内で生活するすべての世代。

午前六時三十分、「新しい朝が来た、希望の朝が：」とラジオ体操の歌が流れると、体操の隊形をとれるよう、思い思いに場所をとる。**県町三世代ラジオ体操の始まり**

である。この取り組みは八月五日まで、土・日を除く十二日間行われた。

○みんなひとつの「つなぎ」

体操の隊形になると参加者全員が指導者の方に体を向ける。ラジオ体操第一の伴奏に合わせ、まずは深呼吸。両腕を上

ラジオ体操は、一人ひとりが自分の年齢

体調、体力に合わせて行う。わからない人

は、指導者の体操を見ながら取り組み。第

一体操から第二体操へ。終わると「ご苦

労さま」と声を掛け合い家に向かう。そ

れぞれに今日一日の仕事が待っている。

次の日も同じように十分間の取り組みが

行われる。毎日参加する人もあれば、都合

のつく日に参加する人もある。

○顔の見える仲に

役場前に集まり、この取り組みに参加する人は、同じ町内の人である。どなたかわからなくても同じ町内の人であることは互いにわかる。回を重ねるごとに「お



はよう」

と自然に

声がかか

ったり、

視線が合ったり、会釈を交わす姿が増え

る。この積み重ねで同じ地域に暮らす人

と人との距離が少しずつ近くなり、一体感

が生まれてくる。ラジオ体操の時間は心

が響き合う朝の一時にもなる。

○つながる心

こうして互いの心のつながりをつくり、同じ町に住む人のつながりを広めていく。三世代ラジオ体操の取り組みは町内の健康づくりと共に、人のつながりを町内全体に広める。世代を超えたつながりもつくっていくことになる。この人のつながりが町内のあらゆる生活基盤となる。もっと、大きな輪になれ！



ラジオの伴奏に合わせて 町内三世代ラジオ体操をする