

2026 年 8 月 3 日

ラジオ体操「湘南たけやま」に参加して

林 但

8 月 3 日(月)久しぶりに表記に顔を出し皆さんとラジオ体操第一と第二を行ってきました。場所は武 5 丁目第三公園で、月～土までグラウンド・ゴルフをする隣のスペースです。ここは湘南たけやま町内会の方々ですが、隣の武 2 丁目から山ひとつ超えて参加の86歳の方がこの会場の最高齢です。グラウンド・ゴルフの方がリーダー？みんな元気。

この公園は若者のたまり場？ 若干ごみなどが落ちていたので拾ってからラジオ体操となる。1 日おきであるが 11 月以降は落ち葉拾いもある。昨年から1年を通してラジオ体操は月・水・金に行われている。3 日は 16 名の参加で児童の姿は見られない。例えば、町内には児童はほとんどいないとのこと。

<参加の方の伺いました>

- ・なあにー 安否確認の場だよ！
- ・もう 11 年もやっている、今は前より健康になったような気がする。
- ・普段は人と話すことも少なく、会話の場・時間だよ！
- ・今日もいい日でありますように・・・
- ・グラウンド・ゴルフにも顔を出してくださいねー

私も健康維持に努めながら近隣の公園ほかで出かけみなさんに交じってラジオ体操を行っていきたいと考えています。また、体育振興会の行事情報の連絡や地域の一人暮らしの方への声掛けも行っています。



公園入口ののぼり旗



体操の風景