

令和2年度

# 美浜区まちづくり活動報告会

## いきいき卓球で元気な高齢者を作ろう



令和3年4月10日  
いきいき卓球なぎさ

# コロナ感染対策の徹底

- ・換気、消毒、過密対策などの実行
- ・体育館入場時の検温、消毒と出欠確認



# いきいき卓球練習活動実績

「コロナ禍」  
にもかかわらず例年より  
活動拡大が続きました



	平成29年	平成30年	令和1年	令和2年
練習日数	12	21	21	30
延べ練習人数	404	687	692	1143
1日平均練習人数	33	32	32	38

# コミュニケーションづくり

- ・「**メール便**」  
を作成し  
会員宅に配布

- ・「**いきいき卓球連絡網**」  
の構築



# 皆さんとクリスマス会を楽しみました

卓球の後バンド演奏とコーラスそしてショーレン、花の苗を配りました



これからの発展計画

**「元気な高齢者をつくろう！」**

**「コロナ禍」終息後の高齢者の考え方に対応**

ピンポン卓球を楽しみながら**「からだ(健康)づくり」**を第一とする

そのためには**「誰でもが・安心・安全」**を重視する

第二に**「ことば(地域コミュニケーション)づくり」**を強化

結果的には高齢者の**「豊かなシニアライフの設計」**を目指す