

「藤沢スマイル」で、腰痛・膝痛と縁を切り、 出演の機会を待ち日々特訓中…。

自然な口コミでいつの間にか60人超の高齢者が集まり、医療費・介護費の削減等の社会貢献と、健康維持をモットーに運動に取り組んでいます。いるまの子どもへ贈る歌「どこから来たの？」の演奏に合わせたリズム体操をつくり、地域のイベントや保育所で披露して多世代との交流を深めています。

藤沢スマイル

暑さ・寒さも元気にsmile☺

～令和3年度参加者総勢のべ3741名～

藤沢地区にお住いの皆様が元気で楽しい日々を過ごし、いつまでも健康でいられる様、体を動かし活力ある生活を送ることができるよう発足しました。

入間市のイベント「1080人で歌おう」に出演。

おそろいの
ユニフォームで



「フレイル予防教室」に出演依頼あり。

新型コロナウイルス感染予防のため、活動場所を屋内から公園に移し、週2回に増やし活動する。



みんな
生き生きしてるね

体力測定会



取り組みと
リズム体操を紹介



藤沢地区夏まつりで披露。



お祭りの参加者
みんなで踊ったね。

保育所の園児たちとリズム体操伝授。



園児は覚えが早かったね



アンケートを取りました。

★ 藤沢スマイルに参加し
変化がありましたか。

人と会う機会が増えた	22名
藤沢地区への愛着ができた	19名
リズム体操の楽しさを知った	19名
知り合いが増えた	17名
体調が良くなった	16名
地域への関心が増えた	14名

★ ご意見やご提案などお書きください。

新しいリズム体操を覚えたい
イベントや発表の場で披露したい
地域の集まりや他のサークル等出向きたい
人数が増えてきたら活動場所を増やしたい

他地区のサロンへリズム体操を伝授。



元気が出るふじさわ未来ネット