

---

---

## ポスター No.6

---

# 住み開き「ふだん着 絆」

---

---

横浜市港北区 ふだん着 絆

### 【説 明】

今回のポスター投票結果は86位でした(残念)。新型コロナウイルス禍が続くなか、決して広くはない自宅の一室を開放することによりかなりのプレッシャーを感じます。2018年5月に初めて開設、2020年を迎え「さあこれから」という時に……。3密を最大の特長としてきただけに、コロナ禍での活動計画には今でも頭を悩まします。そのような中、室内がダメなら屋外で何かできないかを模索し始めました。特に高齢者の方は、自粛生活が続くと「コロナ・フレイル」に陥るリスクが高まると予想します。そこで思いついたのがウォーキングです。早速チラシのレイアウトを考えました。ポイントは3つ。①各自が自身の歩行ペースを把握できるような工夫を盛り込むこと。②プチリゾート気分が楽しめるマイクロツーリズム・コースを紹介すること。③時期を見計らって仲間同士が集うウォーキング・イベントを企画すること。室内活動については地域ケアプラザの協力を得ながら、最も広い部屋を確保して皆が集えるイベントを利用者のリクエストも踏まえ企画して行きます。「住み開き」については、感染予防の一環として各自好みの飲料持参型のCafeを開設、眺望の良い場所でくつろいでいただける場を提供して行くことを計画しています。

