

# 理想の靉とは・・・



みんなの考える理想の靉って・・・様々な世代にインタビューをしたり、アンケートを取ったりして、課題を設定していきました。大濱さんに来ていただいて靉に対する熱い思いも聞きました。



# お年寄りが考える鞆の課題とは・・・



鞆の高齢化率にも着目し、道越・平のサロンや学園に集まっていた方にお話を聞きました。普段は聞くことができないお年寄りの悩みが聞けました。東京で活躍されるNPO法人「マナビエル」さんや藤井病院の平岩先生、さくらホームの羽田さんも一緒に課題について考えてくださいました。

# 鞆を元気に！！鞆の浦体操はどう？？



どうすれば自分達の手で鞆を元気にできるのかを考えた結果、「常夜灯の動きとかどう？」「鯛網は？」など、たくさんの意見を出し合い、鞆の浦体操を作ることになりました。理学療法士の野村さんにも発案した体操を見ていただき、アドバイスをいただきました。



# 鞆の浦体操を広める！



鞆こども園やさくらホームに出向き鞆の浦体操を広めました！「肩にきくわ！」「楽しかったあ。」「また来てね！」と言ってもらえました。また、運動会でも全校で鞆の浦体操を実施しました。