

健康づくりについて多世代で話し合う ワークショップを開催しました！

6月19日(日)、7月3日(日)の2日間(13:00~15:30 場所:神代植物公園大会議室)で、“みんなで取り組む健康づくり・つながりづくり”について、参加者の皆さんと意見交換する場(=ワークショップ)を開催しました。今回は、1日目の様子をご紹介します。

ワークショップ1日目の様子

深大寺地区にお住まいの方を中心に、中学生から高齢者まで異なる世代の約25名が参加されました。

1グループ4~5人でテーブルを囲み、普段交流が少ない世代間でも活発に意見交換を行いました。また幅広い世代の方の参加により、お互いに様々な思いを知る機会にもなりました。

★共通点探し

グループに分かれる前に、近くの人と互いの共通点を探すワークを行いました。共通点を探す会話から、最初の緊張が徐々にほぐれていく様子が見られました。



初めまして。共通点は趣味？兄弟順？好きな色？探すといりろありそうですね。

★グループトーク

「健康の大切さ」を感じた、自分自身(あるいは身近な人)の経験や、もし自分の健康が損なわれた時、自身や身近な人、そして社会に与える影響について、各自が話をしました。

対話したことは、メモに書き、模造紙にも書き込んでいきました。

思ったこと、どんどん書いていきましょう！

