

No.286 隔月刊

2025

12

つなぐ  
届ける  
ゆたかなくらし

# UR おも

街に、ルネッサンス

 UR 都市機構

<https://www.ur-net.go.jp/>

団地イベントピックアップ!	4
私もだんち特派員	5
ボディメンテナンス講座／くらしの知恵	6
かんたんヨガ	7
簡単おうちレシピ／プレゼント	8

編集・制作 ㈱高速オフセット

## 団地 de ミック!

# 笑顔あふれ、歓声が上がると ニュースポーツでつながる輪

### 新千里北町 (大阪府豊中市)

毎回テーマを決めて、団地生活の魅力を紹介する「団地deミック」。12月号は10月31日に、行われた5団地合同の「第3回カーリンコン交流会」の様様を紹介しします。



## 5団地から新千里北町に集結!

10月31日、新千里北町にある共有スペース「キタマチラボ」で、新千里北町、新千里東町、シャレール東豊中、アルビス旭ヶ丘、千里竹見台の5団地のカーリンコンサークルメンバーが集まり、交流会を開催しました。カーリンコンはカーリングに似たニュースポーツで、床に投げ入れた的(ポイント)に向かって、表裏が赤と緑に塗り分けられたディスクを投げ、どれだけ近づけるかを競います。ルールが簡単で、運動機能の向上や脳のトレーニングにもなると、高齢者の生きがいづくりや介護予防につながることを期待されています。

受付時間になると各団地から続々と参加者がやってきて、50人もの方が参加してくれました。開会式の後、皆で広がりラジオ体操を行い、入念に体をほぐしてからいよいよ競技スタートです。

### ナイスプレーには ハイタッチ!

2チームに分かれ、交互にディスクを投げていきます。滑らせるように投げるのか、ふんわりと山なりに投げるのか、プレースタイルに個性が出ます。練習を積んできた皆さん、ナイスプレーの連続で、応援にも力が入ります。相手のディスクをはじいて、自チームの

ディスクだけをポイントの近くに寄せるような巧みな技に「わーっ」と声が上がります。「床がいつもと違うけど、今日は調子がいい」「普段と違う人と試合をするのは緊張感があって楽しい」と試合後にはさまざまな感想が聞かれました。

午前の試合を終えると、もぐもぐタイムとしてサンドイッチを皆で食べました。初対面でもカーリンコンという共通の話題から、いつの間にか世間話に花が咲き、あちらこちらで楽しそうな笑い声が聞こえました。

午後からも熱戦は続き、お昼休みを経て距離が縮まった様子の皆さんは他団地の試合も積極的に応援し盛り上げます。多く勝ったチームも残念ながら普段の実力を発揮できなかったチームも、閉会式では健闘をたたえ合います。

各団地のカーリンコンサークル設立を積極的に後押しし、交流会の運営にも携わる千里住まいセンターのスタッフは「ある団地でカーリンコン体験会を実施したときに、プレー中皆さんがはじけるような笑顔で楽しんでくれたのがすごく印象的でした。これはぜひほかの団地にも広げたいと駆け回ってきました。今日のようにほかの団地の方向士が笑い合い、仲良くなる姿が見られて本当にうれしい」と話します。カーリンコンをきっかけにつながる人と人の輪がこれからも広がっていくことでしょう。



水漏れ・断水・停電などのトラブルがあった場合  
24時間緊急事故時の連絡先

緊急事故受付センター ☎0570-004-001  
(または ☎06-6969-2151)