

健康づくり・文化交流を楽しむ

## アクティブライフえどがわ

設立：2011年7月

会員数：8名



活動地区：江戸川区全域

活動日：ウォーキング 年12回（不定期）

留学生サポート 年36回

活動場所：ウォーキング（東京近郊）

留学生サポート（西葛西地区）

会員条件：特になし

会費：なし ※別途参加費がかかる場合があります。

入会方法：連絡責任者に連絡

H P : <http://activelifedogawa.blog.fc2.com/>

アクティブライフえどがわは熟年者が健康促進・趣味活動・外国人との文化交流をモットーに、地域とかかわりあいながら実りある時を過ごすことを目的として活動しています。

同会の大谷 力さんは江戸川総合人生大学在学中に多文化共生について学び、熟年者が健康で文化的な生活ができるようにと2011年7月、同級生と共に同会を設立しました。

主な活動内容はノルディックウォーキングと日本語学校での留学生の授業サポート。ノルディックウォーキングは月に1回、東京近郊などの名所を中心に開催しています。留学生の授業サポートは月に3回「土曜おしゃべりカフェ」を開催し、日常会話や日本文化に触れながら日本語で話す機会を提供しています。

是非ご参加ください。

## 活動の様子

◆ノルディックウォーキングの様子  
（都立大島小松川公園付近を散策）



初めてノルディックウォーキングをする方には、歩き方のレクチャーをします。



仲間との会話と季節ごとの景色を楽しみながら歩きます。



歩き終わった後はお楽しみ会！！

◆留学生サポートの様子  
（土曜おしゃべりカフェ）



浴衣の着付けで日本文化を体験



連絡先：大谷 力【電話】090-7191-5312  
【E-mail】tutoyan@nifty.com