

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	東雲会				
地域名	東山町1組	参加者数	約10名	会費	なし
場所	東山1組公民館				
連絡先	林田 盛之（老人会長 32-6805）				
活動内容	(曜日) 毎週月曜日 (時間) 10:00 いきいき百歳体操 10:30 脳トレ(簡単な) 11:00 水分補給 解散				

年	取組内容
H29・6	いきいき百歳体操スタート
	東雲会は、毎月第3日曜日に定例会を行い、食事をしたり、レクリエーションなど楽しんでいる。定例会とは別に体操に取り組むようになった。

<ポイント>  
 ・公民館までの道のりが坂道の途中なので行ったり来たりするだけでもとてもいい運動です。

<良かったこと>  
 要支援の認定の方も参加しだいぶ元気になりました。

<これからの展望>  
 少しずつ口コミで広まっていけばいいと思っています。

<活動風景>



い~ち~  
に~さん~

い~ち~  
!



町内とつながりがとて  
いい町です♪