

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	東大黒カラオケクラブ		
地域名	佐世保市全域(主に 東大黒)	参加者数	約10名
場所	東大黒公会堂		
連絡先	磯本 一新 (東大黒町内会長 31-1298)		
活動内容	(曜日) 毎週金曜日 (時間) 13:15 大黒町のいきいき百歳体操 13:45 カラオケ 16:00 終了		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成15年	旧東大黒町内会役員からカラオケ機器一式の寄贈あり
平成19年 10月	メンバー4名でクラブ発足
平成29年 7月	いきいき百歳体操スタート(開始時間を13:30→13:15に変更)
平成21年 4月 発足	東大黒G. Gクラブ 場所:大黒公園 曜日:(火 木) 時間:8:45~10:30 会費なし メンバー約10名 メモリード主催G. G大会参加
	カラオケクラブと合わせて参加している方が多い

<ポイント>

- ・大野方面からも参加されています。
- ・仲間どうしのど自慢をしながら、楽しくすごせます。

<良かったこと>

筋力運動とカラオケを一緒にすることで、身体的のみならず、認知症の予防の効果も期待できます。

<これからの展望>

クラブ参加者が増えることに期待

<活動風景>



体力測定

