

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	ときわ会		
地域名	大黒3組	参加者数	約20名
住所	〒857-0843 佐世保市大黒町39-20 (大黒3組公民館)		
連絡先	中島民生委員 電話:0956-32-6434		
活動内容	(曜日) 週火曜日 ※祝日も開催 (時間) 10:00 準備運動、百歳体操、かみかみ100歳体操、そいぎんたやるばい体操		

<これまでの取組み>

年	活動経過
H30.5	老人会「ときわ会」で百歳体操が始まる
H30.6	中島民生委員が九州熟練者空手選手権で優勝！！
	佐世保市の補助金を使い錘を購入
R1~	新元号で気合も入り、楽しく取り組んでいる

<活動風景>



<ポイント>

会までの道のりが不安な人には自然と付き添いもあります。足りない道具も手作りで用意し「支え合い」が進んでいる町です！

<良かったこと>

体操を始めて楽しみができた、元気になったなど笑顔あふれる会に育ってきています。活動の中からささやかな「支え合い」活動も生まれ住みやすい街になってきていると思います。

<これからの展望>

坂が多く外出が困難な方もいますが、地域で見守り、助け合いながら暮らせるように、体操への参加などの活動を活発にしていきたいと思っています。