

佐世保市内 支え合い活動 レポート ♪ NO.2

活動名	もとふれサロン		
地域名	柚木元町	参加者数	20名
住所	〒857-0015 柚木元町2711番地 柚木元町3組公民館		
活動内容	(活動日) 第1・3木曜日 百歳体操、茶話会、社協からの遊具を使って脳トレ、物作り (活動時間) 10時から12時 (その他) お弁当配布 4回/年 (せっぽん型で公民館に來れない方には配達も行う。) 日帰り旅行 1回/年		

<これまでの取り組み>

年	活動経過
H27.6月	介護予防の話を聞いて、
H27.6月	独自で学んだことを生かし、代表の鳥羽氏が中心に活動を開始。
H28.4月	体操を開始し、社協支からの支援を開始。

<活動風景>



<ポイント>

- ・体操を楽しく行いたい。

<良かったこと>

- ・体操をして元気になった。
- ・サロンに来るのが1番の楽しみ。

<これからの展望>

- ・今のままで満足！！いつまでも元気でサロンに通いたい♪



