

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

活動名	南池野サロン		
地域名	大野町(南池野地区)	参加者数	12名程
住所	〒857- 佐世保市大野町 南池野公民館		
活動内容	(活動日)毎週水曜日 いきいき百歳体操、かみかみ体操、ゲーム、講話等 (活動時間)10時～11時		

<これまでの取組み>

年	活動経過
令和7年8月より	公民館で、生活支援サポーターさんが地域の館長、民生委員さんに相談し開始となる

<ポイント>

・地域の方が誰でも参加できる。 ・外出の機会を作れた。
--

<良かったこと>

・地域の高齢者が集える場所ができ、交流が増えた。 ・一人暮らしの方が交流できている。 ・皆さんと話ができ物忘れ予防になる。

<これからの展望>

・末ながーく続けて、元気な身体を継続させたい。

<活動風景>

百歳体操のスクワットですよ



リハビリの先生も来ましたよ

