

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪ NO.3

活動名	たんぽぽの会協議会		
地域名	柚木町	参加者数	16名
住所	〒857-0112 柚木町2645番地 柚木町3組公民館		
活動内容	(活動日) 毎週木曜日 百歳体操、レクリエーション、茶話会、脳トレ (体操前に生け花の絵を描く。)  (活動時間) 14時から15時		

## <これまでの取り組み>

年	活動経過
H29.7月	百歳体操を開始。

## <活動風景>



## <ポイント>

- ・明るく、仲良く、体操後はいろいろな音楽を流しながらリラックスして体操を行っています。
- ・貯金通帳があり、ポイントがたまっていきます。

## <良かったこと>

- ・立ち上がり、つまずきが良くなった。
- ・自分で姿勢を正すようになった。
- ・上下の地区の人集まりが楽しみが増えた。

## <これからの展望>

- ・1ヶ月に1回「もぐもぐタイム」「お誕生日会」の日を作りたい♪



年 月	誕生日会					合計
2018・6	6/7	6/14	6/21	6/28		
2018・7	7/5	7/12	7/19	7/26		
2018・8	8/2	8/9	8/16	8/23	8/30	
2018・9	9/6	9/13	9/20	9/27		
2018・10	10/4	10/11	10/18	10/25		
2018・11	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	
2018・12	12/6	12/13	12/20	12/27		
2019・1	1/3	1/10	1/17	1/24	1/31	
2019・2	2/7	2/14	2/21	2/28		
2019・3	3/7	3/14	3/21	3/28		
2019・4	4/4	4/11	4/18	4/25		
2019・5	5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	

※ お休みしたら△500円です！





