

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート ♪

NO.16

活動名	坂の下成寿会		
地域名	原分町	参加者数	15名
住所	〒857-0103 原分町310-1 坂の下公民館		
活動内容	(活動日) 毎月第4月曜日 百歳体操、茶話会、講話 (活動時間) 10時半から11時半		

## <これまでの取り組み>

年	活動経過
H29年	試験的に体操を定期的に行っており、大野地域包括支援センターの支援を受けて、役員会の後に定期的な体操を行うことで活動を継続している。

## <活動風景>



## <ポイント>

・周知の方法として町内の回覧板で百歳体操の開催の広告、また町内放送も利用して活動の周知をしている。

## <良かったこと>

・定期的な運動を行うきっかけとなった。

## <これからの展望>

・現状を継続できるように工夫したい。定期開催を増やすのは人を集めるという点において困難と感じている。活動を継続しながらおいおい考えたい。

