

活動名	太田・春日福寿会		
地域名	世知原 太田春日地区	参加者数	約20名
住所	859-6404 佐世保市世知原町太田		
活動内容	毎週 金曜日 10:00~11:30 百歳体操、レクリエーション、ニュースポーツ体験等		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成29年	高齢者の楽しい時間を作れないかと吉井地域包括支援センターと共に、元気・健康サロンを週に1回開催。
平成30年	百歳体操・嚙下体操・その他レクリエーション・ラダーゲッター等のニュースポーツを通じて楽しい時間を過ごす事が暮らしの中で素敵な時間となっている。

<ポイント>

高齢者が一人で過ごす時間をできるだけ減らし週に1回で良いので皆さんが集まって話し、体操をして体に良いニュースポーツを行い、底屈な日を減らす目的を持つ。

<良かったこと>

続けて参加することにより、お互いの気持ちが通じサロン以外でもお付き合いが多くなった。

<これからの展望>

出来るだけ参加者が集まりやすいように、近所以外の高齢者へも参加を誘い合っていきたい。

<活動風景>



世知原町の演芸大会では会場の皆さんと一緒に楽しく『東京音頭』を踊りました♪

