

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

活動名	ガレージグループ		
地域名	メンバーの自宅ガレージ 金曜日 15時～	参加者数	9人
住所	佐世保市松山町3-16		
活動内容	百歳体操、かみかみ百歳体操、茶話会		

## <これまでの取組み>

年	活動経過
H29年 10月	メンバーの自宅ガレージを改装して、近所の人達と「いきいき百歳体操」を始めました。

## <ポイント>

メンバーの仲の良さはどこにも負けません。体操の後は、持ち寄ったお茶やお菓子で楽しい茶話会です。

## <良かったこと>

春には近くの公園で、お花見も楽しみました。

## <これからの展望>

みんな元気でいられるように、長く続けていきたい。

## <活動風景>

