

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

活動名	口ノ里サロン		
地域名	鹿町町口ノ里地区	参加者数	サロン 会員14名・協力者5名 体操 会員13名
住所	〒859-6203 佐世保市鹿町町口ノ里（口ノ里公民館）		
活動内容	奇数月に月1回サロンを開催。協力者は地域グループのメンバー。協力者は、9:30より昼食の準備を行う。 外部より講師を依頼している時は11:00～12:00の範囲で活動する。		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成27年	屋内の活動に加え、野外での活動(グランドゴルフ)の導入。昼食は協力者の手づくり弁当とする。経験者の指導のもと、おおいに盛り上がる。次年度より年1回グランド大会の実施予定。
平成29年	百歳体操の導入。会の名称を、陽の出元気クラブとし、週1回の活動を開始する。
平成30年	活動内容もマンネリ化になりつつあるので、初めて流しソーメンを実施した。地域の有志の方々に竹で器を作ってもらい、日頃お世話になっている方を招待して交流した。

<ポイント>

楽しい交流の場とすること。
手作り昼食を提供する事。

<良かったこと>

日頃外出する機会が少ない高齢者がサロンに参加することにより、楽しい時間を過ごすことができている。食事も美味しいと毎回好評。

<これからの展望>

今後はより参加者を増やして地域の輪を広げたい。
気軽に交流できるサロンを存続したい。

<活動風景>

みなさんもう一息
頑張りましょう！！



♪長生き音頭で しゃしゃ
んとね～(^^♪

ご飯できました
～
栄養バランスも
バッチリ(^^)v



毎回、おいしいごはん
ありがとうございます。