

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.

活動名	中里上ふれあいいいきいきサロン		
地域名	中里町上	参加者数	参加者:30名くらい
住所	中里町上公民館		
活動内容	(活動日) 毎月第2水曜日にサロン、第4水曜日に3B体操 (活動内容) レクリエーション、茶話会、カラオケ、百歳体操(毎週)などの健康体操		

## <これまでの取組み>

年	活動経過
平成23年 4月	平成23年1月～3月に体験会を行い、4月に開所式を迎える
平成28年 10月	いきいき百歳体操開始
平成30年 10月	佐世保市のバグー大会に参加。中里町上のチームが優勝!

## <ポイント>

「幸せは笑顔から！」をモットーに”笑い”が多いサロンです。春、秋には旅行があり、ご夫婦で参加して下さる方も多いです!

## <良かったこと>

地域の方がサロンの日をを待っていてくれることが嬉しい。サロンをきっかけにみなさんが集まるようになった!

## <これからの展望>

これからもぜひ継続を!新しい方、若い方が集まってくれるサロンにしていきたい。サロンの楽しさを知ってほしい!

## <活動風景>

