

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	住吉会いきいきクラブ		
地域名	広田花立	参加者数	約40名
住所	広田1丁目22-2		
活動内容	毎週金曜日10時より100歳体操、脳トレ、タオルを使った体操などされている。 第1・3火曜日は9時半より脳トレウォーキングをされている。 時々100歳体操の後に参加者の一部の方で折り紙会や読書会などされている。		

## <これまでの取組み>

年	活動経過
昭和33年	住吉会の前身として広田地区老人クラブが立ち上げとなる。
平成29年 5月	町内にて100歳体操をしてみようとの声 が挙がり、立ち上げとなる。

## <ポイント>

リーダーの方が独自に考えられた脳トレや体操などを取り入れられている。

## <良かったこと>

- ・色々な体操などを考えてくれるので、ここに来るのが楽しみです。
- ・みんなでするけん楽しかですね。
- ・足腰が強くなりました。

## <これからの展望>

・いつまでも元気で過ごせるように、みんなで笑いながら楽しく活動していきたい。

## <活動風景>

