

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	さくら会		
地域名	佐賀里・旦の上・堀川地区	参加者数	約14名
住所	〒857-4901 佐世保市宇久町平3104-116 (佐賀里公民館)		
活動内容	毎週水曜日 13:30～15:00 いきいき百歳体操・交流会・折り紙などの手作業 利用料 月300円		

## <これまでの取組み>

年	活動経過
平成29年 4月頃	いきいき百歳体操 交流会
平成29年 11月頃	いきいき百歳体操 交流会 折り紙など手作業 (町文化祭出品)
平成30年 11月頃	いきいき百歳体操 交流会 折り紙など手作業 (町文化祭出品)
平成30年	体操の後に風船バレー・しりとりなど
平成 年	

## <活動風景>

いき百最初の  
グループです



<文化祭に展示>  
どこがいいかな(\*^-^\*)



海にお船を浮かばせて～



## <ポイント>

- ・「運動したい！」と目的を持って参加する。
- ・元気になりたい。

## <良かったこと>

町内文化祭へ手芸品など出品したりして楽しい。  
家にいたら一人なので、体操に来てみんなと楽しく話  
ができ嬉しい。

## <これからの展望>

健康維持・週1回、休まずに参加したい。  
認知症にならないように予防したい。