

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	山祇町 棕の木会		
地域名	山祇町	参加者数	約20名
住所	山祇公民館		
連絡先	岸川 正博(山祇町民生委員) 電話:090-3191-0746		
活動内容	(曜日)毎週月・木曜日 (時間)月:10:30~ 木:13:30~ (内容)いきいき百歳体操		

<これまでの取組み>

年	活動経過
H30.9.1	山澄包括に岸川民生委員より山祇公民館にて百歳体操の立ち上げの相談があり立ち上げに向けた打ち合わせを行う。
H30.9.20	町内放送やチラシを回覧し地域住民に周知活動を行い百歳体操の体験会を実施。
H30.10.4	初回の体操実施、大変好評につき会場に入れない人もいて、次回から月曜の午前と木曜の午後の週2回実施が決

<活動風景>



<ポイント>

大変参加者が多く、午前と午後に参加できる人が異なる為午前に参加したい人は月曜、午後に参加したい人は木曜と時間帯を変え週2回実施されている。。

<良かったこと>

百歳体操に参加されることで地域の高齢化の現状や、介護予防の説明を行う事が出来、介護予防の必要性や地域の現状を理解してもらえた。

<これからの展望>

参加者に声掛けしてもらい、まだまだたくさんの地域の方に参加してもらって介護予防につながればと考えられており、今後は百歳体操だけでなく茶話会や講座なども検討されている

