

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	パークサイド天神		
地域名	西天神地区(天神町 天神2~5丁目の一部と東浜町の一部)西天神地区	参加者数	約25名
場所	葉光会 天神ベイヒルズ 1F フロア		
連絡先	岡部 タマエ(天神8区民生委員 31-3296)		
活動内容	(曜日) 毎週水曜日 (時間) 10:00 会場準備 受付 いきいき百歳体操 10:30 かみかみ百歳体操 追加体操 10:50 片づけ 11:00 終了		

## <これまでの取組み>

年	活動経過
平成29年 9月	いきいき百歳体操を開始
同年 11月	かみかみ百歳体操 追加

天神ベイヒルズの運営推進会議を通して、フロアの地域への貸し出しやいきいき百歳体操の取り組みについて検討を重ね、立ち上げの運びになった。  
施設長さんからも、地域の方が集まって元気に体操をしている姿をみるのが、とてもいい刺激になっていると話される。

## <ポイント>

・駐車場があるので車に乗り合わせてきています。

## <良かったこと>

・準備から片づけまでみなさんと頑張ります。  
天神ベイヒルズの入居者さんも一緒に体操に参加し、交流になっています。

## <これからの展望>

・自宅で閉じこもりにならないよう地域の高齢者に声をかけ利用できる活動にしたい。

## <活動風景>

い~ち~



帰りはエレナで買い物をして



かみかみ百歳体操もしています♪

