

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	フレンドリー		
地域名	十郎原団地	参加者数	約20名
場所	十郎原団地第2集会所		
連絡先	多田 幹子 (080-6435-5868)		
活動内容	(曜日) 毎週金曜日 (時間) 10:00 365歩のマーチ体操 ラジオ体操 他 10:30 脳トレ (歌 音読 脳トレクイズなど) 11:00 お茶会 終了		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成26年	ますます元気教室(公共型)に参加
平成27年 1月	ますます元気教室卒業後に「フレンドリー」発足
	週に1回の自主活動グループとして活動開始
平成29年 10月	佐世保市地域介護予防活動支援事業補助金申請を行う

<活動風景>



<ポイント>

- ・脳トレのプログラムや材料を自分たちで考えて楽しく行っています。
- ・季節の行事の食事会や、毎回のお茶会も楽しいです。

<良かったこと>

退院後の方が参加をして、要介護から要支援へ身体状況が改善した。

<これからの展望>

- ・1人暮らしの方が月に1回でも食事ができるように考えています。