

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.1

活動名	輝け赤崎1組		
地域名	赤崎町1組	参加者数	参加者:約15名
住所	佐世保市赤崎町270-5(赤崎町1組公民館)		
活動内容	(百歳体操) 毎週水曜日 10時~12時 (サロン) 毎月第1水曜日 10時~12時 百歳体操・歌・レクリエーション・コグニサイズ・講話・茶話会など		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成29年	・事業所のサロンリーダー研修会に参加された方が自分の町内の公民館で、半年間、月1回の自主活動を開始した。
平成29年11月	・社会福祉協議会、清水地域包括支援センター、チームレインボー(事業所)の協力の元、サロン体験を開始。
平成30年4月	・清水地域包括支援センター協力の元、週1回の百歳体操を開始。 ・社会福祉協議会、清水地域包括支援センター、チームレインボー(事業所)の協力の元、月1回のサロンを開始。

<ポイント>

- ・百歳体操の前に、童謡や唱歌をDVDを見ながら、歌われている。
- ・楽しいサロンづくりをする為、介護教室や、レクリエーションの勉強会などに参加されている。

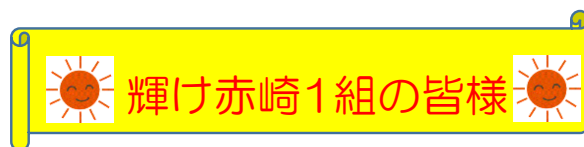
<良かったこと>

- ・楽しい、ここに来るのが楽しみ。
- ・椅子からの立ち上がりが楽になった。
- ・家でも体操をするようになった(朝6時半ラジオ体操)
- ・一人でバスに乗って、卓球をしに出掛けている(90代男性)元気だから、出来る事。

<これからの展望>

- ・サロンの名前のように、「ここが一番輝いている!!」「ここはすごい事をやっている」ような、他のサロンではやっていないようなサロンづくりをしていきたい。
- ・楽しいレクリエーションを学んで取り入れていきたい。

<活動風景>



皆さん一緒に
歌いましょう♪



楽しかね~笑

