

# 佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.

活動名	サロン岩下		
地域名	江迎町	参加者数	女性 : 13名
住所	江迎町田ノ元 岩下地区公民館		
活動内容	いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操、1分間片足立ち(両足)、脳トレなど		

## <これまでの取り組み>

年	活動経過
令和元年	・介護予防体操 ・サロン交流(子供会) ・講演(認知症予防) ・栄養(食事作り) ・作品作り
令和2年	・コロナの影響もあり、今までのような活動が出来なかったが、感染対策をしっかりと行い活動を継続した。
令和3年	コロナ禍の中でもワクチン接種の連絡など、つながりを持つように心がけている。休む人も多くなったりしたが、集う事の楽しさがあると喜んで参加されている。

## <ポイント>

80歳代の方が6名おられるが、休むことなく参加されている。

## <良かったこと>

交流の場が出来たことで、お互いの事を気にかけて、手作りのお菓子を持ち寄って茶話会を開くなどきずなが深くなったと思う。

## <これからの展望>

大きな目標というよりは、コロナ禍でもできる限り活動し、現状を目指していきたい。

## <活動風景>

熱はなか？  
血圧はどがん？



熱はなかよ～  
血圧も上等！



イヤ～  
きつかね～

頑張って！  
ご褒美の  
待っとるよ



手作りのお赤飯に  
昆布巻きやお菓子で  
久々の茶話会です。

いつも美味しか  
よね～



頑  
張  
り  
ま  
す  
？

楽  
し  
く  
お  
い  
し  
く  
す  
？

今  
年  
度  
か  
ら  
会  
長  
に

