

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.

活動名	東ノ木桜会		
地域名	江迎地区	参加者数	男性4名、女性12名
住所	江迎町志戸氏903-68 東ノ木公民館		
活動内容	いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操、ゴボー先生体操、脳トレ		

<これまでの取組み>

年	活動経過
令和2年	コロナで休むことが多くなり、参加者も減ってきましたが、「できる限り集まろう！」と活動をしました。百歳体操だけではなく、他の体操、脳トレなどのDVDを購入し飽きない工夫をしました。
令和3年	コロナ続きで気持ちが沈みそうになりましたが、何とか踏ん張っています。講話も再開となり、体操、勉強と頑張っています。
令和4年	今年度から会長が変わり、心機一転、継続的に活動を行います。

<ポイント>

楽しく、明るくが自慢です。会長交代で存続が危ぶまれましたが、皆さんの強い希望により新会長のもと再開する事となりました。会員の熱意も自慢の一つです。

<良かったこと>

皆さんの「せっかくなことをしているから続けよう」との前向きな言葉が聞かれるようになった事です。

<これからの展望>

「継続は力なり」をモットーに頑張ります。また、脳トレや手遊びなども取り入れて、認知予防にも力を入れていこうと思っています。

<活動風景>



男性は少なからばってん頑張ろうでね!



みんな、よう足の上がるね~



イチニサンシー



ニニニサンシー

会長の足のピン！
てかっこよさ〜



これはきつかよね~
そうそう! 2セットもよ (>_<)



会長の藤原です。
これから皆さんと一緒に頑張っていくますので、よろしくお願
いします。