

| | | | |
|------|--|------|-------|
| 活動名 | えくぼサロン | | |
| 地域名 | 俵町・松山町 | 参加者数 | 7～10名 |
| 住所 | 佐世保市俵町20-1 | | |
| 活動内容 | 毎週水・土の14:00～15:30まで「ふまねっと運動教室」と「サロン」を開催。毎月、最終土曜日にはイベントの日として手芸やゲーム、ぜんざい会、もちつき会など行う。1回300円の参加費が必要。 | | |

<これまでの取組み>

| 年 | 活動経過 |
|-------|---|
| 2016年 | 6月にえくぼサロン開所。(週に2回水・土) |
| 2017年 | えくぼサロン週に2回継続開催。 |
| 2018年 | いきいきサロン3ヶ所(五葉館、西大久保、清水地区公民館)に出向き、ふまねっと運動を伝える。 |

<ポイント>

誰でもできる楽しい介護予防の運動を広めること。サポーターの資格がいることがネックだが、だれでも資格者になれる。

<良かったこと>

週に2回継続して開催できていること。運動の効果が現れ、楽しみにしてくださっている。

<これからの展望>

ふまねっとサポーターを増やし、いろいろな場所に出かけたい。

