

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

NO.

活動名	いきいきサロン船ノ村		
地域名	船ノ村地区	参加者数	15名
住所	〒859-6207 佐世保市船ノ村791 (船ノ村公民館)		
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・隔月第2木曜日 13:30～15:30 ・年2回食事会 ・講演会 レクリエーション 脳トレ 歌など 		

<これまでの取組み>

年	活動経過
平成28年2月	高齢者の居場所作りや交流を目的にいきいきサロン船ノ村を開始。
平成30年4月	介護予防のための百歳体操を開始

<ポイント>

地区の仲間と もっと交流したいとの要望で始めたが、流れて体操もできることで認知予防や体力維持が出来ている。

<良かったこと>

仲間意識が強くなり助け合いが出来るようになった事。

<これからの展望>

今後は男性の参加者を増やしていきたい。

<活動風景>



令和元年9月25日バグー大会



百歳・嚙下体操が終わった後は「ヤクルト健康教室」勉強になりました!

