

佐世保市内 支え合い活動 レポート ♪ NO.7

活動名	ゆずの会		
地域名	柚木地区公民館	参加者数	約10名
住所	〒857-0112 佐世保市柚木町2088番地2 柚木地区公民館		
活動内容	(活動日) 第2火曜日 いきいき百歳体操・脳トレ・レク・茶話会 第4火曜日 食事会(食事作り) (活動時間) 10時～11時半		

<これまでの取り組み>

年	活動経過
H10年～	小物作り、料理・食事会を1回/月を開始し、郷土料理作りを開始する。
H30.5月～	いきいき百歳体操定期開催開始する。

<活動風景>



<ポイント>

・誰もが参加が可能。

<良かったこと>

- ・みんなと話しが出来る。
- ・楽しく参加が出来る。

<これからの展望>

- ・これからも人間元気で動くこと。
- ・脳トレが必要なので、これからも楽しく続けます♪

