

麓地区

山浦町



14:30~15:30



グループホームみどりヶ丘

令和6年1月現在



～活動内容～

- ★とすっこ体操
- ★茶話会 ★講座

施設と地域住民との情報交換やおしゃべりの場として、毎週茶話会を実施しています。お茶菓子は施設職員の手作りおやつです。講座は施設が主催する住民向けの講座で年1~2回開催しています。現在、感染症予防対応として、活動については自重しています。

立石町



13:30~15:00



立石町公民館

令和5年3月現在



～活動内容～

- ★とすっこ体操 ★ラジオ体操
- ★サザエさん・ボケたらあかん・長生き音頭
- ★モーニングストレッチ ★口腔体操

ラジオ体操（第1）を実施しています。みんなで楽しくおしゃべり会をしています。

各町区 活動の様子

曜日 時間 場所

麓地区

一本杉区 ㊦ 9:30~10:30 一本杉区公民館

令和6年1月現在



～活動内容～
★とすっこ体操
★脳トレ

とすっこ体操は2回実施しています。
脳トレを毎回行って、楽しんでいます。

平田町 ㊦ 13:30~15:00 平田町公民館

令和5年3月現在



～活動内容～
★とすっこ体操
★レクリエーション ★その他

スカットボールや音楽歌唱、ふまねっと運動を実施しています。
消防署から講話や、図書館から紙芝居に来てもらったこともあります。毎回、活動記録をつけています。

各町区 活動の様子

曜日 時間 場所

麓地区

桜ヶ丘町 ㊦ 13:30~15:00 桜ヶ丘町公民館

令和5年3月現在



～活動内容～
★とすっこ体操
★ラジオ体操

とすっこ体操を2回繰り返し行っています。今後はふまねっと運動や茶話会なども行っていきたいと考えています。

蔵上町 ㊦ 9:30~

蔵上公民館

令和5年3月現在



～活動内容～
★とすっこ体操 ★ふまねっと運動

毎月第1・3水曜日にふまねっと運動を実施しています。平成26年に「蔵上フマネット会」を立ち上げ、現在に至っています。当時は約25名の会員でしたが、現在の参加者は15名程度です。とすっこ体操に参加していただき、高齢者の健康維持・向上及び声掛けによる見守り等、地道な活動を続けています。

麓地区

原古賀町

火 10:00~



原古賀町コミュニティセンター

令和5年12月現在



～活動内容～

- ★とすっこ体操
- ★レクリエーション
- ★口腔体操
- ★いきいきクラブ体操
- ★コグニサイズ
- ★講話

いきいきクラブ体操（全国老人クラブ連合会）を毎回実施。
笑顔で楽しく参加、を目標にしています。