

大隈北組しゅーいち元気アップ



参加者数	6名
主な活動内容	①開催頻度 : 毎週火曜日 13:30から
	②場所 : 大隈北組公民館
	③体操以外の活動 : (体操のみ)
アピールポイント 取り組んでの効果等	<p>活動テーマ ~いつまでも元気ですごしたい~</p> <p>出席者は少ないですが、一人暮らしの高齢者にも声掛けをして、参加できそうであれば送迎などもしますよ。集まることで体調の悪い時などの安否確認などもできます。</p> <p>体操を続けると、体が軽くなったように感じます。これからも”いつまでも元気にすごす”ためにも、この活動を続けたいと思います。</p> <p>大隈北組の自治区にお住まいの方であれば、誰でも参加できますので、多くの方の参加をお待ちしています。</p>

