



今年度で「いきいき元気教室」を始めて3年目となりました。現在 19 か所に広がっています!!  
これからも皆さんがいきいき元気でいられるよう、サポートしていきます!!教室はいつからでも始めることが出来るので、お気軽にご連絡下さい♪

## \* 仲町 \*

### 個人宅をお借りして楽しく開催中!!

仲町自治会には公民館がないので、現在は個人宅で実施しています。最近、体操後にコーラス練習を行うなど賑やかです♪

▽協力員 西北 良子さん



体操を始めて、ご近所さんとコミュニケーションが取れるようになりました♪少数人数ですけど、チームワークはバッチリ!!  
今度、食事会にも行こうと話しています。  
「継続は力なり」これからも体操を続けていきたいです。

## \* 中新町 \*

### 体操後のお茶の時間も大事な情報交換♪

体操後のお茶の時間ではそれぞれが持ち寄りおやつと共に世間話に花を咲かせています。お互いの近況やニュースなど話題は尽きません♪



【吉田礼子さんお手製のバックと一緒に♪】



△協力員 (左から)

武田 キヨ子さん  
吉田 礼子さん  
五島 千穂子さん

体操を始めてから歩く時に、姿勢や歩き方を意識するようになりました。1人暮らしの人もいるのでお互いに体調確認をして何かあった時のために備えています。外に出るだけで元気になってきました!!まだまだ元気になりま〜す♪



【個人宅のアトリエをお借りしています♪】

## お知らせ 増やせ健康仲間!

### Dr.エトーの健幸づくり講座

#### ～第1回 健やかに幸せに長生きしよう!～

日時：平成 29 年 5 月 31 日 (水) 13 時～  
会場：旧吉松家住宅 ※参加無料  
講座の後には、保健師や栄養士の個別相談やミニ知識伝授もあります!!連続講座で参加回数に合わせて「認定証」も貰えちゃいます♪  
講座に参加して日本一の健康寿命、串間市を目指しましょう!!

江藤 敏治先生



看護大学教授  
(大東市ノ瀬出身)

【申込先】  
医療介護課  
☎72-0333

※事前に電話申込み  
をお願いします♪

## お知らせ

### 第7回

### 「認知症の人と暮らす家族の集い」

日時：平成 29 年 6 月 21 日 (水) 14 時～  
会場：Wing (ニシム夕向かい)  
お気軽にご参加下さい♪

【申込先】  
医療介護課介護保険係  
☎72-0333 (内線 511)



- ・いきいき元気教室開催会場 19 か所
- ・認知症サポーター数 1,091 人