



今年もあと残り1カ月となりました！『いきいき元気教室』も地域のみなさんにだいぶ親しまれ、順調に教室が広まっております。「うちの地区は、まだ教室がないよー！」「やりたい人が5～6人そろっているよー！」とお声が上がりましたら、いつでもご連絡をお待ちしております♪

## \*ステップアップ講座\*

### いきいきサポーターが集合！！

今回初めて！地域のみなさんが自主的に行っている体操の場「いきいき元気教室」を引っぱっているいきいきサポーターのみなさん（69名）が集まりました。講座では、意見交換や体操のフポイントを再確認したり、各会場の体操後の活動紹介や教室参加者で、ご長寿☆No.1☆などの表彰式を行いました。



【体操教室を熱く語ってくださるところをパチリ♪】



笑顔で頑張っています♪



サポーターご長寿 No.3

## \*ロゴマークを作成しました!!\*

「いきいき元気教室」は、参加されている方が、いつまでもいきいきと輝き続けてほしい！という願いを込めて作りました。



いきいきサポーターさんには、このロゴマークのついた名札をお渡ししています！



「いきいき元気教室」は、体操も人気ですが、体操前後のおしゃべりや自由な活動も楽しみのひとつとなっています。今回のステップアップ講座でアンケートを行いました。

Q/いきいき元気教室をきっかけに始めたこと(活動)はありますか？

- 1：お茶会
- 2：グランドゴルフ
- 3：認知症の勉強会
- 4：お食事会
- 5：カラオケ
- 6：小物作りや料理作り



その他にも、サロン会、花植え、合唱など毎週集まって顔を合わせる事で、お互いの趣味や特技を活かした活動と一緒に楽しめるのもいいですね♪夢のある集いの場になっています。体操をきっかけに体も心も元気になる教室♪多くの皆さんの参加をお待ちしています!!

## お知らせ

増やせ健康仲間!

Dr.エトーの健幸づくり講座

～第8回「高血圧・脳疾患を知ろう」～

日時：平成29年12月13日(水)13時～

会場：総合保健福祉センター ※参加無料

5月から始まった連続講座。途中からの参加もOKです♪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!!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12回

「認知症の人と暮らす家族の集い」

日時：平成29年12月21日(木)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 28か所
- ・認知症サポーター数 1,466人