

安布里

⑯ 安布里だんだん青空クラブ

2024.4～



「自宅に帰るまでがクラブ活動です」
体操やゲーム・出前講座だけでなく、通う道
のりも介護予防に繋がっています！

安布里協同館

第3木曜日 13：30

広瀬

⑰ ひろせ美笑の会

2024.4～



体操やゲーム・ボッチャなど、参加者みんな
で楽しく身体を動かして過ごしています！

広瀬コミュニティホール

第4木曜日 10：00

九重地区の二子げんきかいに参加している方々が
感想を寄せてくれました。

日々の活動の様子と共にご紹介します♪

交番の警察官による講話



詐欺や犯罪被害防止、交通安全
などについての講話をしてもらいました。

【参加者の感想】

九重駐在所のお巡りさんに来ていただいて
話を聞いた。

お巡りさんに親しみが持ててよかった。
道で会った時など気軽に話をしている。

ご当地体操やDVDで体操



それぞれの体力や気分で定期的に身体を動か
して介護予防をしています。

【参加者の感想】

体操の時間は30分だが、80代後半の私は
自分の体調に合わせて身体を動かしている。
マイペースに休みながら取り組んでいる。

茶話会で笑って楽しむ



体操が終わると、一休み。
他愛もない話で笑い合っています。

【参加者の感想】

ボランティアで毎回手作りのおいしいお菓子
とお茶を差し入れてくださる方がいる。
とても楽しみにしている。

大井

⑱ スマイルクラブ

2024.10～



みんなで楽しく
顔を合わせながら元気に活動しています！

大井集会所

第2・4水曜日 13：30

【お問い合わせ先】

地域包括支援センターいちご
0470-28-4115