

いきいき元気教室 開催場所

総合	地区	自治会	日時	場所	備考	開始年度	
				名称			
1	福島	西小路1区	月・13時半～	西小路集会所	体操後 茶話会&都城弁ラジオ体操	H27.9月	H27
2	福島	今町(南・西・東)	火・14時～	今町公民館	体操きっかけにGG実施	H27.9月	
3	福島	上塩	火・10時～	塩屋原公民館	自治会で花植えを実施	H28.5月	H28
4	福島	寺里1	月・13時半～	寺里集会所	サロン中心(会場が狭いため)	H28.5月	
5	福島	仲町	水・13時半～	旧 丸見屋	会場は空き店舗から個人宅へ/椅子は参加者が提供&自治会で購入	H28.7月	
6	大東	中新町	月・13時半～	中新町公民館	参加者用の手提げバッグを協力員が作成/参加者が自治会長に依頼し有線周知	H28.7月	
7	福島	寺里2	金・14時～	寺里集会所	パネル設置を工夫	H28.7月	
8	福島	上町	水・10時～	上町公民館	体操後にゲーム	H28.9月	
9	福島	鍛冶屋	木・10時30分～	塩屋原公民館		H28.10月	
	福島	大島					
10	市木	中福良	火・14時～	中福良公民館	イスは個人購入	H28.10月	
11	本城	下千野	月・14時～	下千野公民館	パネル設置工夫・血圧計の台を手作り	H28.11月	
12	本城	上平	金・14時～	本城ふれあいセンター		28年.11月	
	本城	下平			高齢者クラブと連携		
13	都井	立宇津	火・14時～	立宇津公民館	サロンと連携	H28.12月	
14	大東	下新町	木・14時～	下新町集会所	サロンと連携	H28.12月	
15	大東	大重野	土・10時～	大重野公民館		H28.12月	
16	本城	樋口	金・10時～	樋口公民館	10/14説明会を実施するもイスがないため、実施開始時期が遅れる	H29.1月	
17	北方	串間	水・10時～	串間公民館		H29.2月	



各自治会で地域の方が自主的に行っている「いきいき元気教室」を中心に、市内の介護予防の取り組みを「いきいき通信（不定期発行）」として発信していきます。教室は、いつでも誰でも参加できます。興味のある方や自治会の方からのご相談を随時受け付けていますのでお気軽にご相談下さい。

## \* 西小路1区会場 \*

**いきいき体操後にラジオ体操も♪忘年会も開催しました!!**

H27.9月から取り組んでおり、1年以上が経過しました。体操後にみんなで茶話会をして情報交換するのがお決まり♪

また、体操後にはラジオ体操（都城弁バージョン）も始め更に「いきいき」されています。

▽協力員立本 良子さん



顔だけは知っている人もいましたが、今では話をするようになり、皆で和気あいあいとやっています。この前、忘年会をしたので、今度はお花見もいいな～と思っています♪  
何でも「続ける」ことが大事だなと実感しています。



【ピシッ!!と綺麗に揃っています】

## \* 今町会場(西・南・東今町) \*

**グランドゴルフも始めました♪**

西小路1区と同様、H27.年9月から取り組んでいる今町会場です。いきいき元気教室が始まったことをきっかけに、グランドゴルフを始めました!!週2回練習頑張っています♪



【皆さんで ハイポーズ♪】

▽協力員一木 一男さん



体操を始めて体の「バランス」が良くなった気がします。退職して何か地域の役に立てればなと思っていたので良いタイミングでした。皆さんとの会話も楽しく、盛り上がりすぎてなかなか体操が始まらない事もあったり(笑)  
もう少し、人が増えるといいなと思います。

## ★お知らせ

第5回

「認知症の人と暮らす家族の集い」

日時：平成29年2月22日(水) 14時～

会場：Wing (ニシムタ向かい)

認知症の方と暮らすご家族の方が、少しでも「ほっ♪」とするような時間を提供しています。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)



## ★お知らせ

本城地区「地域フォーラム」

日時：平成29年2月25日(土) 13時30分～

会場：くしま温泉 いこいの里 (大広間)

①講話：「串間市における交通事故の現状」

串間警察署 日高 親弘氏

②講演：「認知症最前線～地域まるごと認知症ケア～」

株式会社 Re 学 代表取締役

理学療法士 川畑 智氏

③事例紹介：「認知症の人と地域とのつながり」

認知症の人と家族の会宮崎県支部

吉村 照代氏 (本城出身)

④活動報告：「みやざき地域見守り応援隊」

「認知症地域支援推進員」

誰でも参加できます。お気軽にご参加下さい♪

【問合わせ先】

串間市社会福祉協議会

☎72-0023 (担当：坂本・木村)

・いきいき元気教室開催会場 16か所

・認知症サポーター数 960人