

明日の「元気」を、今「地域と一緒に」につくる



市内で活動されている 老人クラブを紹介します

多久老人クラブ



グループ名：多久老人クラブ

会 員 数：149人（男性64人、女性85人）

活 動 日：毎月3回

場 所：多久公民館

代 表 者：江打 正敏さん

コメント：楽しく語らい、お互いに助け合い、
教養と健康を高め、地域に貢献する活動をして
います。

◎健康づくり：グラウンドゴルフ、カローリ
ング大会、登山など

◎教養講座：多久・佐賀の歴史、交通安全、
防災、福祉団体の講話など

◎地域貢献事業：多久八幡神社境内清掃、桜
や榎の植樹手入れ作業など

◎会員交流：毎月の誕生会、米寿のお祝い、
バス旅行、慰霊祭

次は、北多久老人クラブを紹介します。



いきいきシニアライフを応援します。

歌おうドレミクラブ!! 春コース



呼吸を意識し、歌を歌ったり、楽器を演奏したり、音楽に合わせて体を動かしたり
などの活動を行う、介護予防教室の参加者を募集します。

だれが 介護認定を受けていない、市内在住の65歳以上の人(定員：20人)
ただし、高齢者の健診(特定健診・後期高齢者健診)を受けている人に限ります。

い つ 6月4日～9月10日までの毎週金曜日(13回コース) ※7月23日、8月13日を除く
じ かん 10時30分～12時(90分)

どこで 多久市まちづくり交流センター「あいぱれっと」

どんなこと 毎回テーマを中心に、準備体操→歌唱→器楽→身体活動→音楽鑑賞の
ながれで行います。楽しい宿題もあります。

参加料 無料

送 迎 なし

申し込み方法 地域包括支援課 ☎75-6033に参加者本人が申し込んでください。

申し込み期間 5月20日(休)まで(定員に達し次第受け付けを終了します)