



# 市内で活動されている通いの場を紹介します

## 平和町



グループ名：来てみらんね 楽しかサロン  
 開始時期：令和4年6月から  
 会員数：50代～90代の11人と犬1匹  
 活動場所：平和町公民館  
 活動日：毎週日曜日 10時～11時  
 代表者：溝上 千代美



来月号は牟田辺の百歳体操教室の取り組みを紹介します。

コメント：区の役員さんたちのご苦勞のお蔭で体操ができるようになりました。若い方にも参加していただき、ワンちゃんにも見守られ、楽しくいきいき百歳体操とかみかみ百歳体操をしています。これからは認知症予防の体操も取り入れたいと思っています。みなさん、気軽に遊びに来てください。待ってまーす！

牟田辺

平和町

下鶴

藤川内

多久原

西多久

中の原

両子

瓦川内

山犬原

四下

東原

庄

泉町

宝蔵寺

板屋

別府一区

池ノ平

宮ノ浦

浦山

立山

東多久合同

納所

西ノ谷

古賀三区

撰分

裏納所

西の原

浦町

上田町

石州分

高木川内

中多久

別府二区

羽佐間

東の原

東町

## 今年から

# いきいき百歳体操5年継続地区の表彰を行います！

日常生活を行うのに必要な筋力を鍛え、健康を維持することを目的として平成28年9月から各地区で始まった「いきいき百歳体操」。今では、43地区で実施されています。



### ☆5年以上継続している地区☆

- 平成28年9月～中小路地区
- 平成28年11月～大野地区
- 平成29年4月～別府三区地区
- 平成29年5月～相ノ浦地区
- 平成29年6月～砂原地区
- 平成29年8月～東多久合同地区

### 11月表彰者

### ☆85歳以上で6か月以上継続者表彰☆

令和4年の新規該当者は30人になりました。最高齢は97歳の人です！！

### 「納所地区受賞者」



みなさんも週1回、地域の会場に通って、みんなと体操を元気に続けましょう！