



市内で活動されている通いの場を紹介します

牟田辺



来月号は新栄町の
百歳体操教室の取り組みを紹介します。

グループ名：牟田辺地区

開始時期：令和4年9月から

会員数：15人

活動場所：牟田辺地区公民館

活動日：毎週月曜日 13時30分～14時30分

代表者：鷺崎 つた子

コメント：今年の9月から「いきいき百歳体操」を始めました。週1回、地域の方と顔を合わせることを楽しみに、笑顔で声をかけあいながら行っています。「健康寿命をのばす。寝たきりにならない」を合言葉に、自分にあった運動量で動ける体づくりをめざしています。地域の皆さん、参加してみませんか？

新栄町

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

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

立山

浦山

宮ノ浦

高齢者パソコン教室の参加者募集

今年度最後の教室となります。今回は、エクセル基礎編です。

対象者 65歳以上で多久市に住民登録があり、パソコン操作に興味がある人（定員10名）

日時 2月6日(月)から10日(金)までの5日間

実施時間 毎日10時から12時まで

場所 多久市社会福祉会館2階 研修室2

参加料 500円（別途テキスト代1,320円が必要）

申込方法 電話申し込み 多久市地域包括支援課（☎75-6033）までご連絡ください。

申込期間 1月16日(月)から27日(金)まで（応募多数の場合は抽選により参加者を決定します）



10名!! 応募をお待ちしています!!

いそいそ百歳体操表彰者をご紹介します

85歳以上で6か月以上継続実施者を表彰しています。

おめでとう
ございます



「裏納所地区」



「中小路地区」



「藤川内地区」

