

いきいきシニアライフを応援します

思い出クラブ～認知機能維持のための教室～

- 年1回の認知機能検査、生活状況調査を行います。
- 教室の様子などを掲載する「思い出クラブ通信」を発行します。

- ◆内 容 間違い探しや簡単なゲームを行って、頭の体操や昔を思い出すような活動（手作業や料理教室）を行います。
- ◆場 所 多久いこいの里（北多久町大字多久原 2514-24）
※バスで自宅近くまでの送迎があります
- ◆開催日 毎週水曜日または木曜日 13時45分～14時45分
- ◆利用料 300円／1回あたり（必要に応じ材料代実費）



教室参加者の声

毎回、15人位の利用者がいます。



毎週の楽しみが増えた。何もなければきっと一日中家に居て、外に出ることなく過ごしていたように思う。百歳体操と思い出クラブと2つ出かけることができてよかった。



宿題が難しいと、辞書をとりにだし調べたりしています。答えが合うとうれしいです。大変ですけど自分のためにやっています。

明日の「元気」を、今「地域と一緒に」につくる

いきいき百歳体操に取り組んでいる地区を毎月紹介しています。

多久町石州分地区



次号は高木川内地区の取り組みを紹介します！

グループ名：石州分ひまわり会
開始時期：令和元年6月4日
実施日：毎週火曜日14時～、金曜日20時～ 週2回
代表者：上野登喜子、田中千鳥
原口直子
コメント：「起きたきり高齢者」を目標に始まった百歳体操。昼の部と夜の部の週2回、都合のよい時に参加しています。体操をすることでからだがじわじわ温まり、心もゆる～くなっておしゃべりの花が咲きます。毎回、待ち遠しくなる交流の場となりました。

高木川内 ← 石州分 ← 上田町 ← 浦町 ← 西の原 ← 真納所 ← 撰分 ← 古賀三区

砂原

東多久
合同

納所

西の谷