

よかところ見つけたばい通信



<第3号> 発行：諫早市東部地域包括支援センター（0957-32-6556）伊東

長田地区 白原自治会

集いの場・介護予防
元気をだす！！

<日時>：月に1回、基本、第1金曜日13：30～、場合によっては変更有り

<場所>：白原公民館にて

<きっかけ>：市の短期集中予防サービスを卒業後…

「皆で元気で居られるように！！」と、無理をせず自分達の続けられる形で、**健康の為に集う**場として年の差関係なく集われています♪

市の介護予防のすすめの脳トレや筋トレの冊子を見て体操しています。

あんたがたどこさや
中々外々も実施！

91才とは思えない
体の柔らかさ♪



白原PP（ピンピン）サロン

参加者の出来る事を活かして、
広告紙やラベル紙で籠づくり！

ここをこうして、ああしてと教えてもらいながら完成していきます！



東部包括支援センターでは、長田地域・高来地域・小長井地域にある、まだ知られていない「集いの場やこういう活動してるよ」という情報、ニュースを随時募集しています！！
「地域のよかところ」をご存じの方は、是非、伊東におしえてください！（^^）！

この通信は、生活支援コーディネーターが、地域で住民等が創意、工夫しながら行われている地域活動や生活支援をお伝えするために発行しています。