

よかところ見つけたばい通信

<第23号> 発行：諫早市東部地域包括支援センター（0957-32-6556）伊東

高来地域 富地戸自治会

毎月第2、第4火曜日♪13:30～富地戸公民館
でみんなで楽しんでいます！！

若返り体操サークル
集いの場・交流・繋がり
介護予防

市の若返り体操教室に参加してとっても楽しかった！！
どうしても富地戸で若返り体操をしたかった！願いが叶った♪

間違っても笑って過ごせる♪

毎月忘れんように
カレンダーに
丸を付けています♪

帰りはみんなで日傘をさして
話しながら家路につきます♪

毎月楽しみで
仕方がないです♪

なかなか会う機会がなかったけれど、
若返り体操をすることがきっかけで毎月会える
楽しみが出来た月の声に心が和みました♡

これから先（2040年）に備えて地域に合った助け合いや介護予防について情報交換や話し合いをする「語らん場」を毎年開催しています！住民の方々と様々な情報交換を行っております！是非ご参加ください！！

東部地域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。

また、「諫早市高齢者ささえあいネット」にも掲載されています！！