

よかとこ見つけたばい 通信

＜第25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 小峰自治会

小峰いきいきサロン♪ 立ち上げから10年経ちました！！

いきいきサロン
集いの場・交流
繋がり・介護予防

地元の公民館なら集まりやすい！という事で始まつたいきいきサロン！
R7.4月 伊勢さんから林田さんに代表が変わり、新たなメンバーも増え活動継続中！
毎回話に花が咲き月に1回の楽しみになっています！！



公民館までの坂道もセニアカーで通っている参加者も♪

熱中症予防や食中毒の話、
デイサービスで聞いてきた話など
皆で情報交換し楽しんでいます♪



語らん場でラジオ体操が良いと聞き、
毎回ラジオ体操をしています！！

手作りの
輪投げも
実施！！



時代が変わっても代表が変わっても、
地域の繋がりは変わらない…
サロンお休みする時も参加者同士で連絡を取り合い、互いの状況がわかるので、見守りにも繋がっている現状を知ることができました♪

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」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！！