

SCの一日

本野地区は「元気な高齢者を増やすためには…」というテーマで「語らん場」を展開されています!!

令和3年11月5日「本野地区 語らん場」で、本野地区の介護予防の取り組みを参加者で共有するため、下大渡野町老人クラブ「鶴亀会」にお邪魔し、動画撮影をさせていただきました📹



毎月20日開催

- ◇介護予防体操
 - ◇レクリエーション
 - ◇カラオケ
- (コロナ禍は休止)



諫早市一般介護予防教室で行っている脳トレのDVDを、観ながら体操されています。継続できていて素晴らしいですね!!

♪本野節♪

注目!

本野節がかかると、皆さん自然に身体が動かれていました😊地域にゆかりのある音楽を活用することで、楽しく身体を動かせるので一石二鳥ですね♪今後、鶴亀会みんなで覚えて活用される予定だそうです



📢SCから一言📢

鶴亀会の皆さんの元気が伝わるよう、がんばって動画編集させていただきます。完成したら、皆さんにお披露目にまた伺いますね😊

諫早市北部地域
包括支援センター
池 葉子😊