

千歳町



健康寿命を 延ばそう

倉波区 『倉琳会』 『ほほえみ会』



「みんなで集まって楽しい!」「健康に非常によい。卓球をしたら体の動きが良くなった!」との声。するどいスマッシュに歓声が上がリ、卓球場には笑顔が溢れていました。



倉波区では老人クラブの「倉琳会」とサロンの「ほほえみ会」が一緒に活動されています。

昨年、県老連のパワフルシニア活動応援事業に応募して卓球用具を購入しました。代表の廣瀬富男さんが3月よりコツコツと宅地内に卓球場を作り、「**運動不足の解消**」や「**健康寿命の延長**」、**「地区の活力推進」**の一助になればと11月5日にオープンしました。12月の忘年会では手作りのお汁、天ぷらなどのおいしい食事と昔ばなしに花を咲かせて会話を楽しまれました。

高添区 『いきいき高添』

「いきいき高添」サロンでは、忘年会に大分市で音楽活動をされている菅沢絹代さんをお招きしてコンサートを行いました。皆さんと一緒に楽器を使って歌ったりと楽しいひと時を過ごしていました。

代表の加藤邦子さんより「サロンにみんなで集まり顔をあわせて食事やおしゃべりができて、元気をもらっています。今後もコンサートを続けていきたいです。」と笑顔で思いを語ってくれました。



懐かしい歌を歌えて楽しかったです!

皆さんとの会話も楽しくて歌ってもらったり、歌を聞いてもらったりと、食事もして楽しかったです。