

元気クラブ通信 ～笑顔がいっぱい～

宿毛市地域元気クラブ活動事業は、実施主体は宿毛市で、宿毛市社会福祉協議会が受託しています。

各地区の支援者が中心となり主体的・自主的な運営をしています。

利用登録をしている高齢者が、身近な集会所等を集い、みんなで食事をしたり交流を楽しんでいます。

元気クラブ活動は、閉じこもりや、介護が必要な状態になることを予防するねらいもあります。

現在、市内27箇所で開催されており、今年度は各地区を紹介します。

今回は、二ノ宮地区と小島地区です。

二ノ宮地区

【利用者】男性10名・女性30名

【平均年齢】78歳（最高年齢96歳）

★我がクラブの自慢★

- ・「みんなが主役」が合言葉。私が行かなあ、成り立たんと思つて出席する。
- ・皆の仲が良く、月1回楽しい時間を過ごしている。参加すると気が晴れる。
- ・料理は、栄養のバランスを考えてくれていて、とてもおいしい。
- ・地形的に恵まれている。
- ・小学生や保育園児が、年に3回ずつ来てくれて、世代間交流が盛ん。



3月には、舞台を桃の花や雛人形で飾り付け、利用者がお内裏様とお雛様に変身!!

小島地区

【利用者】男性8名・女性10名

【平均年齢】83歳（最高年齢98歳）

★我がクラブの自慢★

- ・集会所が近くて、来やすい。小さい地区でも20名近く参加している。
- ・農家が多く、皆が同じ体験をしているので、昔話が盛り上がる。
- ・みんなが健康。利用者の7割は80歳を超えている。
- ・支援者が献身的に、世話をしてくれる。
- ・近くに住んでも毎日顔を合わすことはないので、ここでみんなの顔を見て話すことが楽しい。



4月15日(月)には、最高齢利用者の白寿のお祝いをしました。支援者手作りの“白いちゃんちゃんこ”を着てハイ！ポーズ！！