

# 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、身近な集会所等に集い、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箇所で実施されており、今年度は各地区を紹介します。

今回は、橋上地区と伊与野地区です。

## 橋上地区

【利用者】男性1名・女性24名

【平均年齢】82歳（最高年齢92歳）

### ★我がクラブの自慢★

- ・ゲームで勝負する時は盛り上がり、終われば、勝っても負けても、和気あいあい。
- ・月一回の元気クラブが楽しみで、待ち兼ねる。
- ・おいしいちらし寿司を、みんなで食べると、さらにおいしい。



☆☆ キラキラ笑顔と、笑い声が絶えません ☆☆☆

## 伊与野地区

【利用者】女性16名

【平均年齢】80歳（最高年齢89歳）

### ★我がクラブの自慢★

- ・気の合う仲間で、最高のチーム。
- ・毎月10日が楽しみ。
- ・利用者が4つの組に分かれて、順番に調理を担当している。
- ・みんなといると楽しくて、つい、時間を忘れてしまう。



みなさんととても若々しく、元気ハツラツです！！