

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、戸内地区と母島地区です。

戸内地区

【利用者】男性7名・女性27名

【平均年齢】82歳（最高年齢93歳）

★我がクラブの自慢★

- ・毎月、友人らと会って楽しく過ごし、その出来事等を思い出したり、次の開催日を楽しみにすることが、日々の生活の励みになっている。
- ・毎月の誕生日、年2回の遠足、千羽鶴を皆で折って贈呈することを毎年続けている。



10月のクラブは、紅白に分かれてミニ運動会をしました。お宝を釣り上げようと、意気込んでいるところです。

母島地区

【利用者】男性2名・女性12名

【平均年齢】83歳（最高年齢90歳）

★我がクラブの自慢★

- ・毎月の開催日をカレンダーに印を付けて、皆と会えるのを楽しみに待っている。
- ・毎回、診療所の医師や看護師らと一緒に食事をして、楽しい時間を過ごしている。



久保浦や長浜から車で来る方、階段を昇って来る方、みんなで集って、和気あいあい！