

はまちゃん



～拠点さん！こんにちは！！～



あらいさん

城主自治会



伊藤いづみ
(ラフィン)

つい先日、PPK 体操を始めて 100 回目が過ぎました。元々老人会の茶話会から始まったグループなので、PPK 体操を終えると茶話会が始まります。老人会の打ち合わせや昔の話などですぐに話が盛り上がります。女性の皆さんは、おしゃれなバッグや可愛い置物などを手作りしています。自治会館の玄関にも色とりどりの手芸作品が飾ってあり、入り口がぱっと明るいです。体力が衰えないようこれからも続けていきます！！

元船木団地自治会



辰巳史絵
(キラビー)

元船木団地自治会館でがんばってます!!!
 地域の高齢化率の高さと、介護施設の送迎の多さに「このままじゃダメじゃんっ！」と奮起した仲間たちが、毎週火曜日に集合し、楽しく体操しています。立ち上がったのは、平成 28 年 6 月。もう丸 2 年が過ぎましたが、参加者が減る事もなく、たとえ大雨警報が出ていても欠席者ゼロという熱心さが自慢。体力づくりはもちろん、居場所づくり・仲間づくりの場としてこれからも続けていきたいと思えます。

みんなで ピンピン・キラリ☆彡

ただいま

66拠点

～新設拠点～

- ・馬淵自治会（中萩）
- ・町連自治会（垣生）
- ・本郷連自治会（垣生）
- ・荷内自治会（多喜浜）
- ・浮島自治会（浮島）
- ・北内中自治会（角野）
- ・北内上自治会（角野）

8/21 時点

PPK体操についてのお問い合わせは・・・

新居浜市地域包括支援センター：65-1245

PPKってなあに???

どんなことするん？始めるのって大変なん？などなど、興味をもたれている人がいたら教えて下さい。私たちがすぐ説明にお伺いします！！地域での集まりや活動にも参加させていただきたいので、声をかけてくださいね！！



地域の味方 KCガールズ

(健康長寿コーディネーター5人組)