

はまちゃん



～拠点さん！こんにちは！！～



あらいさん

田の上自治会



山中真由美

こんにちは、田の上爆笑クラブです。少人数から始めましたが、今では40名の大所帯となりました。PPK体操って何でしょう？ピンピンキラリ！面白いなー。まさしく私たちクラブの目標です。いつも元気で楽しく光っています。ゲームをしたり、時には阿波踊りのリズムに合わせて認知症予防体操等楽しんでいます。体を動かし、手足を鍛えて転倒防止に努めます。ピンクのTシャツは私たちのトレードマーク。日々PPKでありたいものです。

久保田自治会



奥平和代

「おかえりなさい」の声かけて始まる私たちの拠点。平成28年6月に開設してから、明るさ・元気・やる気をモットーに体操に励んでいます。体操の後は、輪投げやダーツをしたり、月一回お誕生会をしてお祝いします。準備や片付けもそれぞれが役割を持ち、みんなでを行っています。開設して良かったと思うことは、集うことで笑い合い、コミュニケーションがとれること。とにかく元気で、いつまでも参加できるようにみんなで頑張ります。

《お世話人さんスキルアップ講座》

全5回の講座でしたが、皆さんの積極的なご参加をいただき、熱い勉強会となりました。この場をお借りして、お礼申し上げます。講座の中で出されたご意見を私たちもしっかり受けとめ、拠点が地域の宝となるように応援していきます。



5回目の座談会の様子

～新設拠点～

- 西之端自治会（中萩）
- 岸の上連自治会（泉川）
- 東浜自治会（多喜浜）

10月現在69か所開設！

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