

いまいし元気クラブ便り

2025年 N087号
日田市京町 51-3
連絡先(川添)
090-4580-3802

毎週金曜日: 10 時 00 分から 12 時 00 分位迄



手指の体操



3m 歩行



立ち座り



ストレッチ体操

5日、わかみやコミュニティセンター、アスレチックトレーナー片桐先生に來所して頂きました。この日は、桃山町から女性 6 名の方が見学、一緒に、グーパー体操やグー・チョキー体操、指折り体操・指回し体操など、指先を使う複雑な動作をしました。なかなか自分の思うように手先が動かなくても上下肢のストレッチ体操は一生懸命に取り組んでいました。

今月は、体力テストで 3m 歩行や立ったり座ったり 30 秒間で何回できるかを行いました。今年は猛暑でしたが体力維持の人が多かったです。

その後、意見交換をしました。桃山町では女性が中心になって桃山公民館で開催してポッチャゲームなどはしているとのことでした。

いまいし子ども食堂&地域食堂の目的

いまいし子ども食堂&地域食堂は、子ども、若者、高齢者、さまざまな人を対象に、多様な世代が食を通じて交流する機会を作り、地域の人がつながり、安心して過ごせる地域の居場所づくりを目指しています。

運営は、週一回通いの場「いまいし元気クラブ」や「ボランティア」が中心で地域の社会資源を活用して関係機関と連携して進められています。

このような、人が多く集まる居場所があることで、地域住民のコミュニケーションの場として、日田市内でも、子ども食堂&地域食堂が増えてきています。

10月の予定表
3日(金)わかみやコミュニティ
ケアセンター
10日(金)セラバンド
17日(金)頭の体操
25日(土)いまいし子ども食堂
&地域食堂
31日(金)日田レクリエー
ション協会 栗秋直美さん



受付をする参加者



後片付けを手伝う高校生



食後の後はボール遊び

今月も、多くの人たちに応援して頂きました。参加者の中でも、今回は高齢者の方が多く「このカレーは美味しかったばい、また来るね・・・」と笑顔が見受けられました。