

いまいし元気クラブ便り

毎週金曜日：10時00分から12時00分位迄

2026年 N099号
日田市京町 51-3
連絡先(川添)
090-4580-3802

週1回「通いの場」で、介護予防やフレイル予防で地域づくり

住み慣れた地域で誰もが健康でイキイキと過ごして、住民自らが介護予防やフレイル予防などを目的に、住民主体で実施する「通いの場」を通して、生きがいづくりや仲間の輪を拡げ、支え合いの地域づくりに「いまいし元気クラブ」は取り組んでいます。

日田市では現在（121カ所）で、住民主体の「通いの場」が開催されています。



棒 体 操



コップ 立て ゲーム

4日、わかみやコミュニティセンターから理学療法士の先生にお越しいただきました。

まずはしっかりと体を動かす「筋力アップ体操」と「棒体操」からスタート。先生の丁寧な指導のもと、皆さん真剣な表情で体をほぐしていきます。しっかり体を温めた後は、楽しいゲームの時間です。

今回は、棒の先にコップを挿し、それをバランスよく床に立たせるという新しいゲームに挑戦しました！皆さん初めて体験するルールに、最初は「どうやるの？」と戸惑いつつも、コップを掴むと一気に白熱。「ああー！惜しい！」「立った！」など、あちこちから歓声上がり、会場はわいわいがやがやと大盛り上がりでした。

体を動かし、たくさん笑って、とても賑やかで楽しいひとときとなりました。



めじろん 元気アップ 体操



カ ラ オ ケ

10月の予定表

2日(金)わかみやコミュニティ
ケアセンター

9日(金)カラオケ

16日(金)創作活動

23日(金)ポッチャゲーム

30日(金)子ども食堂前日用意

31日(土)いまいし子ども食堂&

地域食堂は都合により、

第5土曜日開催します。

◎都合により変更する事もあります。

11日、住民主体の通いの場「いまいし元気クラブ」を開催しました。

定番の「ラジオ体操」と「めじろん元気アップ体操」を行った後、参加者から「たまにはカラオケをしたいですね」と嬉しいリクエストがありました。

さっそくカラオケを始めると、会場は一気ににぎやかな声に包まれました！歌いながら自然と身体を動かす方もいて、みんなで時間の経つのも忘れて大いに盛り上がりました。これからも、地域の人が誰でも参加して、心から楽しめるような温かい「通いの場」にしていきたいです。



ふれあい 宅配 講座

18日、日田市住宅課から、「ふれあい宅配講座」をして頂きました。

講座では、「空き家を放置した場合の問題点」と「今後の課題」について要点をわかりやすく話してくれました。自宅を将来「近所迷惑な空き家」にしないた

めの意識を高められたとことができました。

両面ご覧ください。



いまい子ども食堂 & 地域食堂



子ども食堂スーパーバイザー派遣事業

初秋の候、地域の皆さまにおかれましては、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。日頃より当食堂の活動にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

9月26日、むくの木センターにて11時30分から「いまい子ども食堂 & 地域食堂」を開催しました！お越しいただいた皆さま、ありがとうございました。

今回は「おおいたこども食堂ネットワーク」のスーパーバイザー派遣事業に応募し、大分県社会福祉協議会（地域福祉部）の皆さまにお越しいただきました。専門的な立場から、今後の運営支援や機能強化に向けた大変貴重なアドバイスをいただくことができ、スタッフ一同とても励みになりました。

また、当日はお楽しみ企画として、みんなで **Eスポーツ（太鼓の達人）** のゲームを実施！子どもから大人まで、リズムに合わせて大盛り上がりの楽しい時間を過ごしました。

この事業は、社会福祉士や栄養士といった専門家のアドバイスをいただきながら、子ども食堂をより良く、そして地域の皆さまにとってさらに安心できる居場所に育てることを目的としています。

今回学んだことを活かし、これからも地域に愛される食堂を目指してまいります。



綺麗な彼岸花



受付



子どもと大人でゲーム



「太鼓の達人」に熱中

受付を済ませた子ども達が真っ先に向かったのは、大人気のEスポーツコーナー。お目当ての「太鼓の達人」が始まると、誰もがまたたく間にゲームの世界へ引き込まれていきました。

あまりの楽しさに、用意された食事を後回しにして画面に釘付けになる子も。お腹が空いていることすら忘れてしまうほど、夢中になって楽しむキラキラとした笑顔が印象的でした。

26日、開催日には、手作りの綺麗で色鮮やかな彼岸花が会場に飾られ、室内の雰囲気もパツと明るくなりました。スタッフ一同、心を入れて美味しい特製カレー、フライドポテト、そしてスパゲティサラダ、ゼリーを用意し、皆さまをお迎えしました。さらに今回は、特別企画として大人気のEスポーツ（太鼓の達人）コーナーを設置！これが大好評で、たくさん子どもたちが参加してくれ、会場はこれまでにないほどの賑わいと笑顔に包まれました。

これからも、地域の皆さまがホッと安心でき、子どもたちが全力で楽しめる温かい居場所をつくってまいります。今後とも、皆さまの温かいご支援とご参加を心よりお待ちしております。



いつもご支援ありがとう

両面をご覧ください。