



あけましておめでとうございます!! どんなお正月をお迎えて
したか。今年も元気にお過ごしください!!



えんJOYねっと
“ふれあいいきいきサロン はなみずき” さんへ
取材に行ってきました!

10年前、社会福祉協議会のすすめで木の元地区（武雄市北方町）の一人暮らしの
高齢者の方を中心に健康づくりや交流を目的に発足した“はなみずき”さん。
月1回第3火曜日、木の元公民館に30人程集まって活動されています。
桜や紅葉を見に出かけたりするそうです。取材に伺った日【12/19(火)】は…



☆佐賀弁のラジオ体操から始まりました☆（寒さにも負けず元気に体操!）



☆本日の出前講座☆

終活の第1歩「まず遺言書を書いてみよう!!」
数多くの遺産相続争いを見てきた講師の方がスタッフの方の寸劇を
交えて、遺言書を書いておく事の大切さを伝える講座でした。
皆さんアドバイスをもらいながら、実際に遺言書を真剣に書かれて
ました。私たちも一緒に学習させていただいてすごく勉強になりま
した。遺産相続争いはしてほしくないですね!!

足ば横さいひっとだかして 胸の体操♪
横さーい♪ 斜め上さい♪ ふとお上げんば!



次は☆歌の時間♪☆

～12月の歌～
「聖夜」♪#♪♪
「ジングルベル♪」

～参加者の声～
難しいかな。と思って構えていたら
分かりやすく良かった。



お正月の歌で
お遊戯したり!!



スタッフの方々が
お茶をだしたり
声をかけたりと
和気あいあいでした!