事例 No.212

いきいきシニアわかやま体操部

《活動概要》

- ■活動開始 平成27年1月7日
- ■活動場所 中央コミュニティセンター
- ■活動頻度 月2回 水曜日 第1·3 10:00~11:30
- ■人 数 30名~40名(男性5名・女性25名) 平均年齢70歳
- ■運 営 代表者 山田 至
- ■会費・会則 年会費1回200円 会則なし

活動内容

◆シニアエクササイズ

活動の特徴・PR

■ "いきいきシニアわかやま"は県社協の後援のもと会員数750名 (紀南150名含む)で運営しています。会員の平均年齢も年々上がり アウトドアーのみでは会員の健康を維持しづらく今年度より体操部をもうけ 会員の健康維持につなげたいと思います。

活動の効果

■今後継続する事によって介護予防事業に役立てていきたいと思います。

今後の課題

■会員の増加(体操部)とリーダーの養成が必要だと思います。

その他写真等





