

三つ小島会

住み慣れた地域で、生きがいを持って生活をしよう！

従来の宗方老人クラブから三つ小島会に名称を変更しました。

「三つ小島」は、ふるさと憩いの家の沖合に位置する景勝地であり、宗方住民にとって親しみがある地であることから命名しました。

老人クラブの活動の一つに体操があることで、生きがいや体力維持に繋がっています。

毎週金曜日 13:30～14:00

宗方集会所

特徴

①メンバーが知識や経験を生かせる

メンバーそれぞれが、今までの経験や知識を生かして活動しています。

②生きがい、健康づくりに繋がる

みんなで集まり、体操することで楽しく体力維持ができています。

③地域の情報交換の場

メンバー同士で、近況を話す場にもなっており、みんなで集まることが楽しみです。



参加対象者

65歳以上の方

参加費

年会費500円

主な活動

筋力つけタイ操
老人クラブ行事