

介護予防の教室などに参加されている皆さんに聞きました



転倒予防教室シャンデリア
あけほの
揚張かくさん 85 (大山)

体操することで気分もスッキリします。毎週楽しみで前日の夜は、教室のことで頭がいっぱいです。この教室は、私にとって「元気の源」です。

転倒予防教室シャンデリア
みやもとよしえ
宮本芳江さん 80 (中町)



ここに来ることが張り合いになっています。時々、市立病院の先生が来て話をしてくれるのもいいですね。教室に通ってからは良いことばかりです。

転倒予防教室まつぼっくり
なかしまのぶえ
中嶋宣江さん 70 (中町)

教室に通う前はできなかったことが、今はできるようになりました。1週間に1回やるだけでも全然違います。この頃は、夜もよく眠れます。



転倒予防教室まつぼっくり
まつしたかつよ
松下勝代さん 70 (合戸)

始めて体操をやったときは、結構きつかったんですが、今では随分、体が軽くなりました。教室の雰囲気もいいし、来ていて本当に楽しいです。



転倒予防教室ひかりサークル
まつした
松下てるさん 80 (佐倉2区)

皆さんとやるゲームが楽しみで、つい、むきになってしまいます。たわいないことで負けん気を出したりして、子どもに戻った気がします。

新野おたっしや教室
すずき
鈴木きぬさん 85 (新野東)

ここに来て皆さんと絵を描いたりゲームをやったりすることは楽しいですね。健康に気をつけて、これからもお世話になりたいです。



転倒予防教室ひかりサークル
みずのまみ
水野喜美さん 76 (佐倉2区)

運動すると気持ちがいいし、集まって話をすることも楽しいですよ。いろいろな情報が入ってくるので勉強にもなります。



転倒予防教室シャンデリア
かなざわ
金沢いとさん 83 (大山)

毎回来るのが楽しみで、この2年間で休んだのは1回だけです。指導してくれるボランティアの人たちには本当に感謝しています。



にこにこサロン
たかつか
高塚とめさん 85 (薄原区)

1週間に1回では寂しいくらいです。ここに来るのが楽しみだから、用事があっても何とかして来たいと思います。皆さんとお話することは楽しいですよ。

にこにこサロン
そねとみお
曾根東海夫さん 89 (新神子区)

ボランティアの人たちが親切で優しいんです。3年前から通っていますが、休んだことはほとんどありません。達者な限りは来たいと思っています。



はつらつサロン
みずのあやこ
水野綾子さん 83 (佐倉3区)

佐倉には芸人のような人もいるから集まれば盛り上がりますよ。皆さんと歌ったり踊ったりすれば、気持ちはいつまでも若くいられます。



はつらつサロン
しみず みさお
清水 操さん 86 (佐倉3区)

すごく楽しいですよ。体が丈夫ならマレットゴルフなどもやりたいのですが腰が痛くて着いていけない私にとっては、ここが一番いいんです。



新野おたっしや教室
まつしたみちこ
松下道子さん 86 (新野南)

主人も生前はここに通ってハーモニカを吹いたりしていました。私も琴を弾くので、それに合わせて皆さんが歌ってくださるのが楽しみです。

にこにこサロン
たかしはひさゆき
高柴久往さん 77 (薄原区)

スタッフの皆さんが素晴らしいし、来ている人もいい人ばかりです。規則正しい生活に心掛けて健康でずっと来させてあげたいと思います。



にこにこサロン
や
八木はるさん 87 (中原区)

季節にあった催しが楽しいです。皆さん自慢の歌を歌ったり、劇をやったり、なかなか盛大ですよ。来るのが楽しみで他の用事は入れられません。



にこにこサロン
ほしの ふくじ
星野福司さん 87 (薄原区)

毎週欠かさず来ています。いろいろなことに参加することは良いことです。知らない人とも仲良くなれるし、気晴らしにもなりますよ。