



大野城市乙金公民館にて 『健康体操教室』を行いました。



乙金地区の高齢者 28 名、サポートの方 20 名 計 48 名の方が参加がされました。コロナ禍の規制緩和により、参加者も増えてきました。

この地区は、住民同士がすごく仲が良く、活気があります。

89 歳の女性の参加者の方が、「私は 89 歳よ!!長生きするには根性が必要!」とおっしゃっていた言葉がすごく胸に刺さりました。

「まだまだ生きたい!」この気持ち、体も心も突き動かしているように感じます。