

は れ ば れ 講 座

目 的 皆でわいわいと、友達を作って、いきいきとした生活をするきっかけとする

対 象 65歳以上の参加したい方は どなたでも

内 容 レクリエーションを通し、人との関わりを保ち 心と体の健康を 維持する

テーマ 季節にちなんだ内容で、頭・体の体操、思い出の回想など

令和3年度「第8回講座」が11月16日(火)に行われました。今回の内容を紹介します。

今月のテーマ *紅葉狩り

「健遊館をエスケープしよう！」を合言葉にバスの車窓から紅葉を楽しむため、一路佐見地区のもみじ橋を目指し出発した。バスの中では紅葉の種類には大きく分けて、「イロハ紅葉」「ヤマモミジ」「オオモミジ」などがあり、違いは裂けている数と葉の大きさに区別されている。カエデの名前の由来は「かえるの手」からきていることなどを話しながら現地を目指した。佐見川沿いの紅葉は見ごろで西日に映えてとてもきれいでした。車内ではお隣の方とおしゃべりを楽しみながら紅葉に染まる風景を楽しんでい

おやつ *駄菓子

駄菓子の詰め合わせ。

講座の様子



この講座は

毎月1回 第3火曜日 13:30~15:00 次回は12月23日(木)…第3週
白川病院、健遊館しらとぴあホールで行っています。テーマ:クリスマス会
ご近所の方も、是非ご参加ください。

担当 在宅総合部 健遊館