

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 来ていただけます。

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を取り込み、頭・体の体操、思い出の回想を盛りこんでいます。

平成26年度最後の会が、3月17日に行われました今回の内容を紹介します。

- * 最初に体調確認後、開会されました。
- * スライドショーでは、毎回の講座・レクリエーションが映し出され 皆さんの思い出のショットを紹介 その時々を語り合われました。
- * 一年を総括する一文字では「心」「想い」など人 それぞれの気持ちが表現され、笑顔の一年だったとの事でした。
 - * 一年を一文字で(其々の想いがこもった一枚に仕上がりました)
 - * 頭の体操(音の連想ゲーム)賑やかに盛り上がりました。
- * 水分補給をかね、お茶を飲みながら、白川病院 栄養科の特製おやつを頂きました。



みなさんの素敵な笑顔を
写しました。

この講座は 毎月1回第3火曜日 13:30~15:00 に

白川病院、健遊館シラトピアホールにて行っています。

ご近所の方も、是非ご参加ください。

担当 在宅介護やまびこ 健遊館管理人