

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

* 平成29年度 第9回が、12月19日 に行われました。今回の内容を紹介します。

『クリスマス会』

今回は受講者とデイケアセンター（春夏秋冬）利用者で合同クリスマス会を開催しました。

* レクリエーション

地元コーラス愛好者が訪問され、生の歌声でクリスマスソングを届けてもらいました。とても美しい歌声と、素敵な衣装はよりクリスマス会を盛り上げていただきました。また休憩の後 冬の歌をみんなで唄いました。



* カンパニー

健康でクリスマスを迎えられたお祝いの乾杯をしました。

* おやつ

おまんじゅうはかわいいサンタに変身していました。



この講座は

毎月1回 第 3 火曜日 13:30~15:00

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。

次回は1月16日

リハビリの話(高野理学療法士)

担当 白川在宅ケアセンター 健遊館管理人