

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2年度「第1回講座」が4月14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

* 遠足

毎年4月に車窓から春の景色を見ながらのバス遠足を行なってきたが、今年は世界中を折檻している新型コロナウイルスの感染を考慮し、YouTubeから桜の名所をダウンロードしてスクリーンに投影し楽しんでいただいた。太平洋と日本海を桜で結ぼうと、名古屋と金沢を結ぶバス路線沿いに桜を植え続けた国鉄バス車掌、佐藤良二氏の「さく

おやつ

* いちごミルクプリン

甘さ控えめで美味しかった。もう少し甘い方がよかったなど、評価は分かれましたが、おいしくいただきました。

* 講座の様子



この講座は

毎月1回 第3火曜日 13:30~16:00

白川病院、健遊館シラトピアホールで行っています。

ご近所の方も、是非ご参加ください。

次回は5月19日(火)…第3週

テーマ:東洋施術

担当 白川在宅総合ケアセンター 健遊館管理室