

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30年度 第6回が、10月23日(火)に行われました。今回の内容を紹介します。

* 遠足

今回は、紅葉の兆しを車窓に見ながら
金山から菅田を抜け七宗町へ周遊し
古今東西の文化に香る山郷を楽しみました。
近場ですが国宝の「龍門寺」も尋ねました。
山門に飾られた木彫りの龍は夜な夜な出て暴れ
銃で仕留めたという伝説があり「ほー」と見入りました。
それからドライブイン七宗御殿を訪ね遠足の楽しい休息の
ひとときとお茶とお饅頭をいただき特産品など
買い物を楽しんでいただき軽い散歩とバス遠足を楽しみま



龍門寺山門

* レクリエーション(脳トレ)

バスの中で出来るなぞなぞゲームをしました。
【黒いけど「点々」をつけると透明になるもの
なあに?】をはじめ20問の問題が出ました。
解かった人が積極的に声を上げて見えました。

答え：カラス



車内レク

* おやつ

緑茶&饅頭

七宗御殿店長から説明を受けました
お茶を基に白川で手づくりとのこと
試飲の白川茶と一緒に戴きました。
とてもおいしく好評でした。



遠足のようす



事前バイタルチェック



歩行安全確保に歩行器を搬送



木彫りの龍拝観



七宗御殿で一

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。

担当 白川在宅総合ケアセンター 健遊館管理室

次回は11月20日(火)…第3週

訪問看護の話