

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

令和元年度8回講座が、11月14日(木)に行われました。今回の内容を紹介します。

今月のテーマ

* 秋の遠足

体調不良等で参加者が減ったり、予定のバスの到着が遅れたりと出発時のトラブルはあったが、早く帰ったバスを使うことが出来事なきを得ての出発となった。車中から紅葉を見ようと佐見方面へバスを走らせたが、天候も回復し日光に映える紅葉と日陰の紅葉のコントラストは美しく。「ワーきれい」の声が上がっていた。

おやつ

* 白川茶&草餅

道の駅「ピアチェーレ」でトイレ休憩と白川茶・草餅をいただきました。



* 佐見川の紅葉



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12月19日(木)…**第3週**

テーマ:読み聞かせ

担当 白川在宅総合ケアセンター 健遊館管理室