

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

2023年度「第11回講座」が2月13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

音楽療法

2023年度・第11回はればれ講座は、白川病院専務であり音楽療法士の野尻泉さんの指導のもと音楽療法講座を開催しました。

この音楽療法は、毎年白川町から委託されている講座で、白川町各地区（白川・黒川・蘇原・佐見）で各地区年間12～16回開催している実績のある講座です。

今回の講座は、みんなで歌を歌い、歌に合わせてタンバリンをたたくなど体と頭を使った企画が多く、にぎやかで楽しい講座となりました。参加者全員でおやつを食べながら野尻専務と歓談し和気あいあいと楽しい一時を過ごしました。

講 座 の 様 子



この講座は通常

毎月1回 第3火曜日 13:30～15:00

白川病院、健遊館しらとびあ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 在宅総合部

健遊館

※場所:健遊館 しらとびあホール

次回は3月19日(火)

2023年度はればれ講座振り返り

お楽しみ会