

# 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9回が、12月18日(火)に行われました。今回の内容を紹介します。

## \* ボランティア(手品三人組)

75歳の手習いで始められ、自分磨きと、仲間作りに励む「手品三人組」に付知町から来ていただきお手並みを披露してもらいました。色とりどりのハンカチや国旗をを出したり大きな花が飛び出した時には「おーすごい」と声が上がっていました。地区を超えた交流が出来ました。



## \* レクリエーション(読み聞かせ)

今回はキャストを決め3人が読み合わせ風で朗読をおこないました。参加者の中には耳の遠い方、目の見えにくい方が多く五感を働かせ理解が出来るかを見るレクとなりました。物語は京都の老舗和菓子店を舞台に「人情」と「気配り」の大切さを描いた心温まるお話でした。



## \* おやつ

今回はカップケーキクリスマスバージョンおいしくいただきました。



## 講座の風景



この講座は

毎月 1 回 第3火曜日 13:30~16:00

次回は1月22日(火)…**第4週**

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