

# 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

2025年度「第3回講座」が**6月18日(水)**に行われました。今回の内容を紹介します。

今月のテーマ

みんなで唄を歌おう 七夕飾り

2025年度第3回目の講座は、健遊館担当で「みんなで唄を歌おう」を開催しました。「みんなで唄を歌おう会」は健遊館で毎月行っている行事ですが、開催曜日が固定されていたため、デイへの通所等でいままで参加出来なかった入居者がおりましたので今回ははればれ講座で開催しました。昭和20年頃のヒット曲をYouTubeで流し、懐かしい歌を歌詞を見ながらみんなで歌いました。

第2部は7月7日の七夕の準備で短冊に願い事を書き笹に飾り付けました。

「生きているうちは元気でいたい」「健遊館のみんなが元気であります様に！」など健康を願う短冊が多かったです。みんなでお菓子、お茶を頂きながら楽しく歓談しました。

## 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、健遊館しらとぴ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

次回は7月23日(水)

テーマ: 「歯の健康の話」歯科

お楽しみ会

※場所:健遊館 しらとぴあホール