

11月24日(日) 10:30~14:30

元気もりもり予防教室（2部制で）開催しました。

午前 10:30~11:30
運動レクリエーション（体操）タオルや牛乳パックで作った道具等を使って体操しました。皆さん笑顔で運動されていました。 1部：19名参加



午 前



食事風景
各テーブル 会話が弾み
ゆっくりと食事を楽しまれて
いました。

昼食



前半は、脳トレプリント（国語、算数、間違い探し等）いろいろと用意。好きなものを選んで皆さん集中（時には会話あり）。後半は、マッチ棒を使って頭の体操、各テーブルで考えて皆さん出来上がり。最後は「楽しかった。」と笑顔で終了できました。 2部：23名参加

午 後



今回2部制の予防教室を開催。アンケートでは皆さん「よかった」と回答いただき、楽しんでいただくことができました。今後も皆さんが元気になって頂けるように予防教室を企画中です。教室内容が決まりましたらホームページでご案内いたしますので、是非ご参加いただければと思います。