

麓地区 ※令和3年2月現在実施

山浦町

水

14:30～15:30



グループホームみどりヶ丘



～活動内容～

- ★とすっこ体操
- ★茶話会 ★講座

施設と地域住民との情報交換やおしゃべりの場として、毎週茶話会を実施しています。お茶菓子は施設職員の手作りおやつです。講座は施設が主催する住民向けの講座で年1～2回開催しています。

立石町

金

13:30～15:00



立石町公民館



～活動内容～

- ★とすっこ体操 ★ラジオ体操
- ★サザエさん・ボケたらあかん・長生き音頭
- ★モーニングストレッチ ★口腔体操

ラジオ体操（第1）を実施しています。みんなで楽しくおしゃべり会をしています。

麓地区 ※令和3年2月現在実施

一本杉区 (土) 9:30~10:30 一本杉区公民館



～活動内容～
★とすっこ体操
★脳トレ

とすっこ体操は2回実施しています。
脳トレは時々行います。

平田町 (木) 13:30~15:00 平田町公民館



～活動内容～
★とすっこ体操
★レクリエーション ★その他

スカットボールや音楽歌唱、ふまねっと運動を実施しています。消防署から講話や、図書館から紙芝居に来てもらったこともあります。毎回、活動記録をつけています。

麓地区 ※令和3年2月現在実施

桜ヶ丘町 (木) 13:30~15:00 桜ヶ丘町公民館



～活動内容～

- ★とすっこ体操
- ★ラジオ体操

とすっこ体操を2回繰り返し行っています。今後はふまねつと運動や茶話会なども行っていきたいと考えています。