

《ポールウォーキング体験講座》準備中！

脳のトレーニングとして、介護施設でも活用する

図形を用いた「脳活性キューブパズル」は好評です。

今回は、機能回復訓練としてポールウォーキングの

体験講座を企画しています。(リーダー募集中)



パズルで記憶力の低下や認知症を予防し、ポールウォーキングで健康にならしましょう。

6月26日「ひとい操体講座」は大好評でした！

全員が「足ゆらし」を体験する！

操体法では代表的な「つま先あげ」と「膝倒し」の他

「畳に指がついた。」「えっ、ちからが入らない。」など

参加者全員が驚き楽しんだ1時間30分でした。

モニターとして「ココロのボード」に乗って頂き、その効果に驚きの声が...

☆☆ ボランティア募集中!! ☆☆

塗り絵や折り紙などのボランティア講師(新企画の講座も歓迎)を募集しております。

花壇の手入れ、庭木の剪定などのボランティアも募集しております。ぜひ、ご連絡を...

また、ボランティアの相談も受け付けております。気軽に事務局まで連絡してください！

☆☆☆ 羽衣荘からの連絡事項 ☆☆☆

健康・生活相談日は 8月14日(木) 10時から行います。相談をご希望の方は

前日までに予約 をお願いします。

☆ 羽衣荘のグラウンドでグラウンドゴルフ をやってみませんか！

