

篠ノ井



篠ノ井中央区

西部ブロック



〈 令和4年度の活動 〉



ふれあい会食



地域のお年寄りの皆さんと

うた遊びや、体操のほか、



お話をしてふれあいました。



フレイル予防講座

～100まで元気塾～



講師による全身運動や、講話

ハンドベルの演奏などを行いました。

篠/井

認知症講座

地域包括支援センター 篠/井
総合病院所長によるお話、
劇団すずらんによる人形劇を
鑑賞し、認知症への理解を深めました。

健康運動講座



骨強度測定や、ボールを使った
運動を行いました。

