

活動報告書

名 称	オニヤカサロン
報告者	畠 山 一 江
開催場所	本願寺仙台別院
実施日時	平成27年 10月21日(水) 9:40時~11:40時
参加人数	男性 3人・女性 25人
サポート者	
目 的	
(活動報告内容)	
<p>会場準備から始まり スタッフミーティング 受付開始を担当しました。 (参加者の自分の番号を言ってくれ、自分の箱よりさかして付ける)</p> <p>運動実技に入り アイズブレイクからストレッチング 筋力トレーニング 手ぬぐいを使って肩 腕の動き スクワット10回×2片足立ち60秒 リズム体操は音楽に合わせて体を動かす。 レクリエーションは1.ニカ4寝し(おまんこでうらゝの曲)歌いながら 全部の動きはイスに腰掛けて行なった。 60代'70代'の方々が多く全員よく動いていた。 この後のティータイムも、自分で飲みたいものを入れてくる。 和舞あゝあゝと詠歌は打ち唄も楽しかった。 後片付けも皆さんであつた。 うすに終り 皆さんきれいに帰途 に付いた。 毎週やってほしい。 その他、スタッフから一人一人の 事情がわがっている様でした。</p>	
※写真添付	

返信先 NPO法人健康づくり推進機構BTB

FAX: 078-766-6759 MAIL: info@kenko-btb.org