

# 活動報告書

名 称	すこやかサロン
報 告 者	照井 アヤ子
開催場所	本願寺仙台別院
実施日時	平成28年 12月21日(水) 9:10時~ 12時20
参加人数	男性 3人・女性 27人
サポーター	エンジェルホープ 古橋房江・木村い子・照井アヤ子 ボランティア 寺田さん 本願寺別院 前田さん他 3人
目 的	サロン活動支援

(活動報告内容)

スタッフミーティング

会場準備 (お菓1升会の雰囲気を出す為 造花などを飾りました)

受付

お菓1升会の準備

(テーブル・椅子・飲み物やお菓子の準備・終了後の後片付け)  
参加者の皆様と一緒に行いました。

## 運動実施内容

アイスブレイク

ストレッチ

筋カトレーニング(手拭い使用)

リズム体操

クールダウン

## お菓1升会

(参加者の皆様が披露しました)

・レクリエーションダンス(2曲)

・唄(4曲)

・ハーモニカ

・杉山さんが持参したシルバー川柳の  
コーナーを見ながら

発表

(皆さん大々笑いです)

※写真添付

返信先 NPO法人健康づくり推進機構BTB

FAX: 078-330-8893 MAIL: info@kenko-btb.org