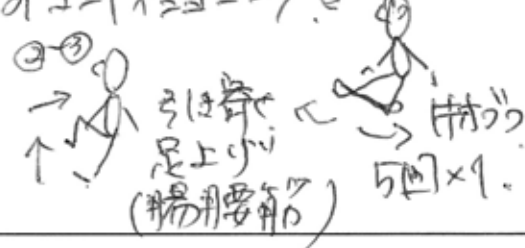


業務実施報告書

No.

事業名	平成28年度		
実施場所	野地集会所		
実施期日	平成28年7月4日(月) 13:30~15:00		
参加人数	7名(うち男性 名 女性 7名)		
従事者	糸内 幸 深尾 敦子		
実施内容	時間	内容	担当者
	13:30~	受付. 各自体調チェック。薬の確認。 (バスタブ各自)	
	14:00~	SCAVT. 主運動前の講話。10分。 暑い時の栄養摂取と水分補給 ストリー ト等etc	
		① アイスレーク。→ 自重負荷の運動。 スクワット 各10回1set (1人) 持ち 足首の使い方。カーフレイズ。トールレイズ(座位、立位)	
		休憩。トイレ。モビパ2のコンパニオンニング。 1人12回ずつ持ち。 305歩のマーチ	
	15:00	クールダウン。終了。 	
特記事項 (運動指導)			
(健康所見)	とくに補給がシキシキ。よく汗ばむ。 食生活の注意を促した。 次回より、手拭い、タオル持ち、自転車注意!!		
その他			

記入者名 糸内 幸
ハピネス・ヘルスサポート