

活動報告書

名 称	お茶っこクラブ おうち体操 2月		
報 告 者	金森千穂		
開催場所	館南仮設住宅		
実施日時	平成27年2月16日(火)	10時～	11時半
参加人数	男性 0人	・ 女性	12人
サポート者	熊谷ゆりあ		
目 的	リフレッシュ・運動不足解消		

(活動報告内容)

- ・ シナプソロジー
- ・ おうち体操
- ・ 座ったまま足踏み、ステップタッチ、つま先足踏み

仮設住宅に住んで間もなく4年。

周りの人にも慣れて、みんなとも仲良くなれたのに、復興住宅が完成すると、次々みんなが引っ越して行ってしまふ。

私も今月末には引っ越しだけ、また新しい生活、ご近所付き合いを始めると思うと、不安でしかたない。ここ数日は胸がドキドキしていて気持ちが落ち着かない。

長生きもいいけど、本当にいいのか？と不安になる。

今回の会話は、みんなと離れたくない、また新しい生活を始めるのが体力的につらい。という、元気のない内容でした。

熊谷さんの近くにいらっしゃったおばあちゃん達は泣いていた方もいたそうです。

復興住宅地の中にも集会所のようなところはあるそうなので、私たちができることって、まだまだあるね、ということ熊谷さんとも話していました。



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