



# 花みずき



参加者数	13名
主な活動内容	①開催頻度：毎週金曜日 10:00～11:00 ②場所：上の市公民館 ③体操以外の活動：（ゲームや歌など）
アピールポイント 取り組んでの効果等	<p>活動テーマ ～認知症予防!いきいき元気・笑顔・転ばぬ予防!～</p> <p>めじろん体操や玖珠弁でのラジオ体操を中心に、ゲームや歌など特別に難しいことはしていません。地域の人たちと公民館に集まって、楽しく会話をする中で笑いあい仲良くすることを大切にしています。</p> <p>『この頃あの人どうしたんやろう?』などと心配をし、最近の様子や健康についての情報交換ができるのも良いところ。週一体操に集まることで、一人一人が前向きに明るくなっていくように感じます。これからも仲良く体操にさんかができれば良いです。</p> <p>マスク着用と体温の測定を欠かさず行います。</p>

