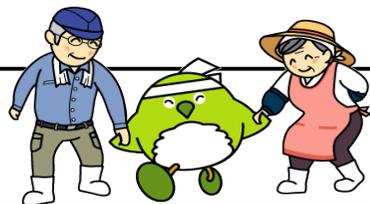




戸畑老人会



参加者数	20名
主な活動内容	①開催頻度：毎週木曜日 9:00から ②場所：戸畑公民館 ③体操以外の活動：（脳トレなど）
アピールポイント 取り組んでの効果等	<p>活動テーマ ～元気アップ! 会員同士の顔合わせ～</p> <p>毎週木曜日に集まり、ラジオ第一体操をした後に、めじろん体操を少し強化した”戸畑体操”を独自で行っています。体操終了後には脳トレをすることもあります。</p> <p>週一回の体操と合わせて、月一回のサロン活動も行っています。みんなで集まってお喋りをしたりゲームや脳トレをすることで脳のリハビリにもなっています。</p> <p>また参加されている方の安否確認もできています。男性の参加者も増え楽しく集まることができています。</p> <p>みんなで「戸畑の体操をする高齢者の歩き方はとても元気が良い!!!」と自賛しています。</p>

