

活動名	高齢者学級
開催日時	平成30年5月29日
対象地区	名張市 蔵持地区
参加人数	25名
取り組み内容	蔵持地区まちの保健室より、高齢者学級への協力依頼がありました。地域に根差した活動をしていくため参加させていただきました。DVDを観ながらサザエさん体操でウォーミングアップ。次に2チームに分かれて室内ゲームを楽しんでいただきました。最後に事前に準備していたコーヒゼリーにクリームやカラスプレー、ミントの葉をトッピングしていただきました。
実績・成果	皆さんに馴染みのあるサザエさんのメロディーにのせた体操や、ゲートボールとカーリングをミックスしたゲームで汗を流した後は、思い思いにオリジナルゼリーを作って食べていただきました。和気あいあいとした雰囲気の中で地域の方との交流できて、楽しい時間を過ごしていただきました。

