



今月のおれんじサロン ひと・まち

～若年性認知症本人交流会～



平成28年6月22日(水)



今月は、前半は、「椅子に座ってできる体操・ストレッチ」で体と心をリラックス。後半は、「テーブルバレー」で盛り上がりました。

【体操の様子】

「普段使わない筋肉が伸びた～」



「とても楽しかった」
来月も参加します！

わー
それ！

かんはれ～



【テーブルバレーの様子】

お茶を飲みながら、様々な情報交換や昔話など、いろいろなお話しをしてほっこり



次回7月27日(水)午後2時00分～3時30分
参加希望の方は下記までご連絡ください



【お問い合わせ】 京都市長寿すこやかセンター 電話(075)354-8741