

ふれあいサロン・とまり木 ④⑩

①サロンのPR

介護予防体操を毎回30分、DVDを観ながら脳活性化と体操の2種類を行っています。

音楽・ポールウォーキング・DVDの映画・作品作りを皆で楽しくしています。

②コロナ禍での活動内容

コロナ禍の中、手の消毒、テーブル・トイレ・手すりなど消毒のため、拭いてから皆様をお迎えしている。

③コロナ禍での運営上の工夫

以前はクリスマス、敬老の日は団地の方々との会食がありました。今はしていません。

今年はケーキくらいは食べて頂く予定です。

④参加者人数:約10名

開催日時:毎週水曜日 10:00~12:00

開催場所:東逗子第二団地集会所

参加費:50円



歌や工作、ポールウォーキングなど様々な活動をしており、毎週の楽しみとなっています。