

石戸いきいきクラブ 第9回

令和4年12月15日(木)
石戸育交流館 ホール

今日のいきいきクラブは、認知症についての勉強です。
社会福祉協会様が出前講座に来てくれました。
コロナが増えてきていますが、対策に気をつけて行いました。



認知症を学んだあとは、
そうならないための頭の体操
手足の軽い運動を習いました。
その後、みんなからの質問があり
勉強になりました。

休憩の後は。久しぶりのグランドゴルフです。

新しく入会した会員さんは、初めての経験でした。



なかなか入らない人も、
ホールインワンの人もいま
ました。すごい！



最後に、クリスマスの飾りつけの前で記念撮影！ 皆さん良いクリスマスを！！