

## 「介護予防教室」 報告

日時…平成24年 8月24日(金)午後 2時 ~ 3時30分

会場…甲山福祉センター 総合相談支援センター地下1階 多目的ホール  
西宮市石叻町19-13 電話(0798)71-9904 担当…石戸  
阪急電車 苦楽園口 駅から北へ徒歩 約10分 参加費は無料です。

講師…NPO法人 ウェルビーイング・アミーゴ 様

体と頭を使った体操、手品や津軽三味線の演奏もあり、楽しみながら健康維持、介護予防に取り組みました。参加12名でしたが、写真のように、フロアに寝転んで体操したり、参加者相互の会話も弾んでいました。



狭間所長  
あいさつ



司会から  
はじまり、



～トサイ、ト～サイ

「アミーゴ」代表  
股旅姿で口上。



みなさん、  
聞き入って  
います。



サア、寝転んで  
体を伸ばしましょう！

フロアの絨毯も  
ちょうどよかった  
ようです。



棒体操も  
好評でした。



みなさん、  
真剣！



手品もありました。

ありがとう



最後は、三味線の披露、花笠音頭・炭坑節などは、参加者の皆さんと大合唱しました。新しい事務所の「多目的ホール」ではじめてのとりくみでした。今後とも、地域の皆様にむけた、いろんなとりくみを進めていこうと思います。

高齢者あんしん窓口・甲山 管理者 福原圭子