



川崎町 地域いきいき健幸サロン (島廻公民館)

令和3年7月19日(月) 10:00~11:30 川崎町で開催されている地域いきいき健幸サロンに参加しました。

川崎町では、本年度より町民の方々に自らウォーキングに取り組んで頂き健康長寿を目指そうとする目的をもってサロンを実施されています。モデル公民館として選定された6公民館で実施され、当院は令和3年7月と令和4年2月に脳トレを担当します。



当日は、11名の参加がありました。7月は当センターから精神科認定看護師 知識より「認知症のリスクと予防」の講話ときくち体操を参加者と一緒に行います。今回から取り入れた瞑想も皆さん熱心に取り組んでおられました。皆さん楽しんで参加もされており、明るい雰囲気が印象的でした。



次回は、
令和3年7月28日(水) 10:00~11:30
原方公民館に参加予定です♪

