

令和元年度 第33回わくわく細坂サロンの開催

2月6日木曜日、細坂集会所で19名の皆さんの参加を頂き開催されました。立春を過ぎての“初雪”がチラチラする中、部屋の中では「365歩のマーチ」を歌いながらの健康体操。脳トレは、節分絡みで今回は【豆】がキーワードです。【豆知識】何点かクイズ形式の豆知識。（問題）学校給食で毎日の献立に使われる食材は何でしょう？（答え）人参。【豆運び】チームに分かれ五色豆23個、大きさ色々の手作り豆を箸でつまんで容器に入れます。2度目は左手で入れます。機能訓練も兼ね工夫が凝らしてありました。歌詞カードを見ながら大合唱。午後からの手作りゲームは【鬼退治】鬼の目、鼻、口に手作りボールを入れて点数を競います。人を見て作戦を立てますが、入りそうで入らないのです、笑い声があふれるゲームでした。最後は何時もの様に手をつないで「今日の日はさようなら」を、歌って終了しました。

