

ほっとカフェあそか実績報告

令和5年3月10日

参加人数 8名

参加者の内訳

(男性 0名 女性 8名)

(黒野地域 8名 その他の市内 0名 市外 0名)

主な内容

モルック体験会

介護相談会

当日の様子など

春だ！体を動かそう！という題目で、昨年もご好評いただいたモルック体験会を行いました。準備運動をきちんと行って、まずは練習から入ったのですが、参加者の皆さんはすでに真剣モード。合計得点をピッタリ 50点にするため、点数の足し算を頑張る方や「あと何点だから、あの棒を狙うんだよ」と声をかける方があられ、練習から大変盛り上がりました。ピッタリ 50点にするのは難しいと思いましたが、2回も達成でき、みんなで万歳をいたしました。モルックは手を使うだけのようで、バランスを取るために足腰も使っているのです、ほどよい運動になったようです。

