

ほっとカフェあそか実績報告

平成 30 年 10 月 12 日

参加人数 17 名

参加者の内訳

(男性 3 名 女性 14 名)

(黒野地域 15 名 その他の市内 2 名 市外 0 名)

主な内容

健康棒体操

当日の様子など

あそか苑職員による健康棒体操を行いました。座ったままでも行うことができ、ストレッチにもなり「気持ちがいい」との声もあがりました。他にも頭を使う連想ゲームや後出しじゃんけん等により、楽しんでいただきました。

その後にコーヒー等の選んでいただいた飲み物をお出しし、ご歓談いただきました。会話の中には、自身の病気や親族との別れから、しばらくは塞ぎこんでしまったが、月に 1 回のカフェが楽しみになったという話しが聞かれました。カフェを開催してきて良かったと同時に、そのような方々に、もっとお越しいただきたいと改めて感じました。

