

# 地域でできるレクリエーション講座

福祉部活動にご協力いただきありがとうございます。今年度の福祉部研修会は、前半と後半にわけておこないます。それぞれ2講座実施し、今回は後半のお知らせです。「クリップの会」指導によるレクリエーションと筑豊/ルディックウォーキング倶楽部が指導する講座をおこないます。

ぜひ今後の福祉部活動で参考にさせていただきたいので、みなさまの参加をよろしくお願ひします。

**10月28日（金）**

レクリエーション・ボランティア「クリップの会」による2時間たっぷりのレクリエーションをみんなでも楽しくおこないます。手足を動かすことから始め、3色棒体操などの身体全体の動きへとだんだんなっています

指導：クリップの会

**11月11日（金）**

年齢・性別・身体能力に関わらず、全ての人に向いている全身運動です。2本のスティックを使用する運動で、体重の重い方や膝・腰に不安のある方でも負担が少なくなります。

参加費 200円

指導：筑豊/ルディックウォーキング倶楽部

時 間 10時～12時（受付9時45分～）  
場 所 ひまわりの里  
対 象 福祉部長・福祉員・協力員及び関心のある方  
参加費 200円スティック貸借料（11月11日のみ）



※実技を伴いますので、動きやすい服装でお越しください

Qレクリエーション・ボランティア「クリップの会」って、どんな団体？

「クリップの会」は、社協が主催で開催してきたレクリエーション養成講座などを受講し、実際に地域で実習された方が中心となり活動しています。地域や団体の集まりで、介護予防や脳トレにつながるレクリエーションを指導しています。奇数月第1木曜日の11時から、桂寿苑で定例会を開催しています。定例会では、打ち合わせや報告、実技の復習などをおこなっています。一度、参加してみませんか？

参加申込は…

社会福祉法人桂川町<sup>しゃ</sup>社会福祉<sup>きょう</sup>協議会

TEL 0948-65-2271 FAX 65-4555

E-mail Keisen-syakyo@k7.dion.ne.jp



この事業は、赤い羽根共同募金の配分金で実施されています。