

リエット にゅーす

lieto NEWS

平成29年

3月号

本日の来店者
男性：6名
女性：4名

vol.11

今月のlieto (リエット)

スポーツ吹き矢体験



今日は四小元気会で活動している方々の協力を得て、アビスタでスポーツ吹き矢の体験をしました。

スポーツ吹き矢で大切なのは呼吸！吸って吐いて…と、呼吸に集中して矢を的に当てます。「楽しんでやりましょう♪」という鈴木先生の呼び掛けに、TさんやYさんが率先してチャレンジすると見事に的に命中!!車椅子で参加しているYさんも、御夫婦で参加したIさんも射抜くパワーに溢れていて感動です！後半は個人戦として、参加者とボランティアも含めて点数を競いました。Uさんは写真撮影で皆の頑張る姿を応援します。1回戦はYさんがダントツで1位でしたが、2回戦になると全員が1回戦の時よりも大幅に高得点を取り、皆がイキイキとしています。総合優勝のYさんは「老後の楽しみが増えた！」と嬉しい言葉♪一番嬉しかったのは、全員が楽しめた事です。またやりましょう!!

今日のプログラム

- 13:00～ 受付
- 13:15～ 準備体操
スポーツ吹き矢体験
- 15:00～ カフェタイム
- 15:30～ 解散



次月の予定

次回開催日は4月3日です。

カフェで、お花見気分を味わいましょう♪

～三味線の音色を聴いたり、晴れたら花見散歩♪

カフェlietoでゆったり過ごしましょう～

ご興味のある方、まずは御連絡ください。

我孫子市社会福祉協議会 コミュニティカフェ担当

04-7184-1539 (西田・多田)