

lieto NEWS

Vol.61

今月のlieto (リエット)

太極拳

本日の参加者

男性：1名
女性：10名
(ボランティア含む)

今回は4月に好評だった太極拳の第二弾、「四正太極拳」を行いました！前は上半身だけの運動がメインでしたが、今回は下半身の運動を加えました。より本格的な動きになり苦戦していましたが、T先生からは「素晴らしい!」、M先生からは「揃っていて、発表会に出れるくらい!」と沢山褒めていただきました!

また、千葉リハビリテーション病院より見学にお越しいただき、一緒に体を動かしたりお話をしながら交流していただきました♪

梅雨時期も体調を整えるために、1日1回1つの型だけでも取り入れていきたいですね☆



カフェリエットは

- 高次脳機能障害の方
- 家族に高次脳機能障害の方がいる方
- 高次脳機能障害に関心のある方
- 地域に住んでいる方

が、集いの場で楽しい時間を過ごすための空間です。

気軽になんでも、
安心して話せますよ♪



ちょっと気になる...
参加してみたい...
初めての方は、気軽に
ご連絡下さい♪

次月の開催日は
7月3日(月)
【予約制です】



※前日までにご予約が無い場合は、お休みいたします。

我孫子市社会福祉協議会 コミュニティカフェ担当

TEL : 04-7184-1539