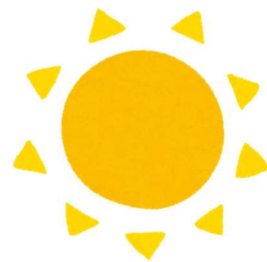


いきいき通信



みなさん、お元気ですか？

再び、新型コロナウイルス感染症が拡大し、通いの場の活動を自粛されているグループも多いかと思います。

活動の実施に不安や心配がある場合は、ご相談いただければと思います。

さて、このたび「いきいき通信」を作成しました。今後、いきいき通信を通して、各通いの場の紹介や、お役立ち情報などを、みなさまに発信し、活動のお役に立てられればと思っています。

まだまだ暑い日も続きますので、お体に気をつけて、元気にお過ごしください（^▽^）

復習しませんか？

活動が再開した時に備えて、羽島にこにこ体操を復習しませんか？自宅のできる体操なので、毎日の健康づくりにもおすすめです♪

【参考】羽島にこにこ体操は、羽島市社会福祉協議会ホームページにて、YouTubeで見ることができます。

通いの場アプリ

国立長寿医療研究センターが作られた「オンライン通いの場アプリ」をご存じですか？

自宅のできる体操動画などを見ることができますので、ぜひ、ご活用ください☆
詳細は、裏面を参照ください。

感染予防のポイント

ご存知の内容かと思いますが、活動を行ううえでの留意点について、別添チラシのとおりお知らせします。

なお、各グループの代表者様へは、感染予防対策チェックシートをお渡ししておりますので、活動する際にご活用ください。

脳トレグッズをつくろう

通いの場に取り入れられそうなネタをご紹介します。

第1弾は、ペットボトルキャップを使ってできる脳トレグッズです。

作り方などは別添のとおりです。

