元気ハツラツ健康講座　報告　12月4日

だるま落とし＆輪投げ

話し合って決めたチーム名は、さわやか

シルバー、トナカイ、だるま、シクラメン。

だるま落としでは「上から2番目を狙ったらいいよ」「ハンマー重たいね」「脇を締めたらいいよ」、輪投げでは「輪を回転させたらいいよ」「いやー、回転させない方が狙いやすいよ」など皆さんで話し合いながら、色々試しては失敗し、上手くいったら大喜びをされていました。

健康推進員さん
いつもありがとうございます！

次回　　1月8日（第2水）

13：00～　ラダーゲッター