



トレーニングメニュー



腰伸ばし運動にチャレンジ

今年度の新しい取組として
体力維持向上のためにAIを
取り入れました。
その名もトルト。
全国ニュースでも取り上げられました。
歩き方をAIが分析。
それぞれに合ったトレーニングを
提案してくれます。
メニューを続ける事で
身体能力の維持向上が期待できます。

クラブ活動

来月のフライングディスク大会に
向けて練習中！！
みんなやる気であふれています。

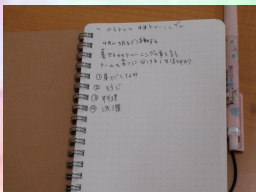


年間皆勤表彰

3名が1年間無欠席でした。
おめでとうございます！！



アンガーマネジメント



やりたいことをピックアップ

クラトレがいよいよスタート！！
みんなのこんなことができると嬉しいに
今年1年チャレンジします。
「自分で電車に乗って出かけたがたい」
「料理が上手になりたい」
「検定試験に合格したい」
「怒りっぽい自分を変えたい」
「洗濯ができるようになりたい」など
様々な意見がでました。
できないことができるようになるためには努力
が必要ですが、
精一杯みなさんの期待にお答えしていきま
す。
今年度もよろしくお願ひします。



検定試験に取組中

本場、ホールにて
Wifiが使えるようになりました。
是非ご活用下さい。



本場 倉井一幸

温かい支援を
心がけていきます。
よろしくお願ひします。

5月のイベント

3日～5日 GWイベント！

13日 クラブ・皆勤表彰

15日 回診

20日 クラトレ

26日 工賃支給日

27日 FD大会

※新型コロナウイルスへ移行に伴い、2023年度はまつり・運動会 旅行なども計画しておりますが、引き続き手洗い・うがいなどの 感染症対策をお願い致します。