

# 地域活動報告⑥ (地域連携委員会・R5/11/14)

## 「スポーツ・レクリエーション教室」参加しました！



日時：R5/11/14 10:00～14:00  
会場：社会福祉協議会  
参加者：12名

# スポレクとは？

## 内容

リハビリ訓練とレクリエーションで身体を動かし、身体機能の低下予防と心身リフレッシュを図ります。

場所：社会福祉協議会

## 愛友の里・國頭PT講師にて参加

國頭PT主導で進行します！



# プログラム進行～上下肢運動

## 上肢下肢運動



# プログラム進行～終了



立位訓練



お疲れさまでした！

地域連携委員会