

令和3年度 地域福祉講座「サロンだよ！全員集合!!」 レクリエーション講座～コロナに負けない！こんなレク！～



講師のmottoひょうご
事務局長 栗木 剛 氏



令和4年3月21日（月・祝）に市内の寄り合いの場のお世話役の方々を対象に講師として栗木剛氏をお招きし、講座を開催しました。当日は、21ヶ所のサロンより38名が参加し、コロナ禍でもすぐに活用できるような脳トレになるレクリエーションをはじめ、体がほぐれる体操、手話歌、テレビ番組で紹介されていたレクリエーション等をご紹介いただきました。レクリエーションの実演では、参加者の皆さんが笑顔で楽しまれており、とても和やかな雰囲気でした。特に、ホワイトボードとお手玉を使ったゲームでは、お手玉が落ちてくる様子を皆でハラハラドキドキ見守り、大変盛り上がりました。

講座では、「頑張りすぎないことの大切さ」や「自分がおもしろいと思うことをすると相手にも楽しさが伝わる」など、具体的なレクリエーションだけでなく、心に留めておきたいこともお話しいただきました。

お帰りの際には、お土産として栗木氏出演のDVDをお渡ししています。ぜひ、サロン等でも活用していただき、コロナ禍でも人と人とが繋がる場・地域の活動が元気になる一つのきっかけになると良いです。