

サロン名： 城南よぼうクラブ
 場 所： 老人福祉センター

報告書

開催日時	令和2年 11月 19日 (木)		10:00 ~ 11:15		
参加者数 計 16名	内 訳	男性	女性	協力団体	ささえりあ
	人 数	3名	13名	2名	2名
内 容	①ストレッチ体操		アトOT		
	②筋力向上体操（セラバンド使用）		ガチPT		

活動風景



ストレッチ体操①（アトOT）



ストレッチ体操②



ストレッチ体操③



ストレッチ体操④