

サロン名： 城南よぼうクラブ
 場 所： 城南老人福祉センター

報告書
 宮川 美知子

開催日時	令和6年 8月 1日			10:30 ~11:30	
参加者数 計22名	内 訳	男性	女性	協力団体	ささえりあ
	人 数	1名	21名	3名	1名
内 容	①基本運動 ②体力測定			齊藤PT 全員	

活動風景

基本運動



30秒椅子立ち上がりテスト



TUGテスト



握力



開眼片脚立位



フィジカルリーチテスト

体力測定