

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7年 2月 20日		10:30 ~11:30		
参加者数 計38名	内 訳	男性	女性	協力団体	ささえりあ
	人 数	3	35名	4名	1名
内 容	①基本運動 ②体力測定				

活動風景

基本運動



開眼片脚立ち
テスト



Timed up & go
テスト



5m歩行



握力

ささえりあより
体力測定で特になし

体力測定