

活動名	高齢者学級
開催日時	5月29日
対象地域	名張市 蔵持地区
参加人数	40名
取り組み内容	岡波総合病院より理学療法士2名を迎え「膝の痛みの解消・予防」講義を開催しました。おやつは自宅でお孫さんたちと作れるようなメニューを提供しています。今回は「抹茶プリン」。参加者自らホイップクリームなどをトッピングして召し上がっていただきました。
実績・成果	膝の痛みや予防に悩みを抱えている方が多いため、参加者は熱心に受講されていました。

