

# 「ゆる元体操」中級指導者4名誕生



9月6日に、社協2階に於いて「ゆる元体操」中級指導者認定証授与式を行いました。新しく4名の方が中級の資格を得ました。これからの活動に期待します。おめでとうございます！



青柳 悦子さん(平岸地区)

林 和子さん (昭和地区)

樋郡 美貴子さん (文京地区)

神田 萬里子さん (若木地区)

(授与式は3名の出席)

## 9月20日は公開講座です

エリサポ養成講座の中で第3回目となる講座のみ公開講座としました。  
講義「少しの認知症になっても大丈夫！？使いやすいキッチンにしよう」  
講師：整理収納アドバイザー 松浦 亜矢氏

冷蔵庫の中の整理の仕方やキッチン収納について学びました。食材の在庫確認が出来ていないと買いダブリが発生したり、賞味期限切れで腐らせてしまったり、残念な事になります。松浦先生の明るく楽しい講義を聞いているうちに、「早く家に帰って食材の確認をしたいなー」と思いました。やる気を出させてくれる松浦先生、刺激を頂きありがとうございました！

