

コミュニティーのこのこ『瀧澤さんによる講座&ハロウィン』

10月最後のこのこは、「瀧澤さんによる講座&ハロウィン」。

増尾ふるさと会館1階をハロウィンで飾り付けをし、スタッフも仮装して皆さんをお迎えします。もちろん参加者の皆さんにも仮装していただきます。最初は、柏市社会福祉協議会の瀧澤さんをお願いして、『かしわ地域まるごと健康ちゃんねる』から3つの体操（スマイル体操・元気体操・脳トレ体操）をピックアップしてみんなで動画を見ながらリズム良く体操をしました。グーチョキパーをしながら腕を前に出したり、交互に出したりする時には何故か？笑いが漏れ、ついていくのに皆さん必死。脳トレにもなります。



軽く運動した後、『ボッチャ』を楽しみました。なかなか皆さん上手でオリンピックさながら盛り上がりました。



続いてふるさと会館の周り、4箇所スタッフが立ち、「Trick or Treat」と声をかけてお菓子をもらいます。少し冷たい風が吹いていましたが、ハロウィンを楽しみました。

