

## 【地域活動】 2024.09.18 友の会健康教室に参加して

名前：辻口 友紀、中江 遼

### 【感想】

今回は天候に恵まれた中、ウォーキング教室に参加することができ、すごく思い出に残る機会となりました。今年で4年目になりますが、友の会の活動にこれまで参加する機会が少なく、友の会に所属されている方々との交流も多くありませんでした。今回、ウォーキングしながら普段の日常のことなど沢山お話しすることが出来たので、改めて友の会の活動に参加できて良かったです。また機会があれば是非参加したいと思います。 /OT 辻口

今まで友の会の活動に参加する機会がなく、今回貴重な体験をすることができました。準備体操や歩き方等、4年目とまだまだ未熟ながら指導させて頂きました。参加者とお話ししながら歩くことの大切さを共有できたと思います。健康のために今後も歩く機会を作っていこうと思いました。また機会があれば是非参加したいと思います。 /PT 中江

