

日野研究Ⅱ「Weスポーツレクリエーション」

3年次生「日野研究Ⅱ」Weスポーツチームが高齢者の方に楽しんでもらうことを目指した「Weスポーツレクリエーション」を行いました。

今回は、尚仁福社会・江美の郷(江府町)の「まめトレ」にお伺いし、「Weスポーツレクリエーション」を実施しました。今回が最終回でした。参加者は8名で、まず準備体操として、じゃんけんゲーム、動物クイズ、ひとおや体操を行いました。その後で、「◎太鼓の達人」を一緒に行い、参加された方と一緒にリズムに合わせて体を動かしたり、声を出したり、楽しんでもらうことができました。参加された方から「前回より点数があがって楽しかった、うれしかった」「気分があがった」「またチャレンジしたい」などの声をいただき、生徒にとって大きな励みになりました。引き続き、日野研究Ⅱでは「Weスポーツレクリエーション」の楽しさに加えて、その健康効果を感じてもらえるように頑張っていきます！

