第187回『友多互愛』ボラ通信

令和８年 11 月５日（金）社協主催の『はつらつ講座』コスモス（会場：穂波コミセン）にて地域の元気なお客さん ２０人とシニアのアイドル『**友多互愛**』８ 人が一緒に笑顔と元気の共有です❣ 認知症予防の為の頭の体操❣　ロマン溢れる昭和歌謡を合唱❣　**紙芝居**：地域の言い伝えにはロマンが（八事きよの坂）、①ハワイの方から Aloha・魅力一杯の真由ちゃんのフラダンス❣　②　『**友多互愛**』フラガールズとみんなで踊るフラダンス❣　会場は楽しく盛りあがり、お客さんと元気と笑顔のキャッチボール、満面笑顔で全員がナイスキャッチでした❣。

コスモスのお客さん・スタッフ・社協のＦさんに感謝❣『友多互愛』のメンバーに感謝❣



認知症予防頭の体操①負けジャンケン
最初はグー、パーに負けるのは？



頭の体操②腕を左右交互に上げ下げ、
どんぐりころころどんぶりこ　お池にはまって♫



頭の体操③1～30まで数えながら
3の倍数・3・6・9・12・・で、手を打つ



真由ちゃんのフラダンス・お客さんを魅了❣
瀬戸は日暮れて　夕波小波　あなたの島へ♫



♫踊り上手なあなたも♫　みんなで踊ろうフラの踊り