

# R7年度 <上野村地区> 7月 週末活動支援事業

R7年度 7月 19日(土) 10:00~12:00

梅雨もあけ、暑い暑い夏がやってきました。開始前は日も少し陰っていましたが、徐々に暑い太陽が照り付けてきました。改善センターを全開にして活動しました。

前半は主にボールを使って、後半はパターをしました。



ソフトバレーボールを投げてのボール落とし。ボールは大きいので狙いやすいかと思いましたが、意外と当たらないものでした。



キャッチボール。やわらかいボールなので当たってもいたくないのは安心です。



更に難しく、キックしてのボール落とし。



こまめの休憩を取りながら、最後はフリスビーでボール落としをしました。なんだか難しいことばかりのボール運動でした。



ひざ痛の方がいて、パターならそれほど負担がかからないと始めましたが、1人5球では少ないとその方の提案で10球ずつになりました。繰り返していると腕が上がります。10球のうち、2、3球はカップインしていました。



ほっとタイムに

夏休みに入って、上野村は涼をもとめる家族連れでにぎわっていました。さらに鮎釣りの人たちもいっぱいでした。この暑さでは来月は無理かななどが話題に。

月に一度ですが、また楽しみましょう！！ 「見学だけ…」でも歓迎です！！

お申し込みやご質問等は、

障害者就業・生活支援センター トータス

TEL : 0274-25-8335 (週末活動支援担当) まで、お気軽にどうぞ！

8月の週末活動は「ボッチャなど」の予定です

上野村会場

神流町会場

日にち **8月 16日(土)**

**8月 23日 (土)**

場所 構造改善センター

相原町民体育館

時間 10:00 ~ 12:00

10:00 ~ 12:00

受付締め切りは…8月 13日(水)です

8月 20日(水)です

熱中症予防のため、休止になることもあります。どうぞ  
ご承知おきください。また代替としてワンコインランチに  
変わるときはご連絡いたします。

どちらか参加しやすいほうへ、どうぞ！両方への参加も歓迎します！  
週末のひとときを楽しく過ごしましょう！