

目 次

1. 活動概要P1
(1) 学習テーマ設定の理由	
(2) メンバーの役割分担	
(3) 第一期活動(事前準備)の実施状況	
(4) 第二期活動(体験教室)の開催状況	
(5) ポールウォーキングの意義・効果	
2. 第一期活動(事前準備)P5
(1) ポールウォーキング体験教室の受講と復習	
(2) 認知症サポーター養成講座の受講	
(3) 施設管理者への要望・確認事項とPW 実践プログラムの作成	
(4) ポールウォーキング体験教室の開催日程調整	
3. 第二期活動(体験教室の開催)P9
(1) 「麗しの杜(うるわしのもり) 光ヶ丘」での開催	
(2) 柏市「西原町会」での開催	
(3) 「パレット柏」での開催	
<参考資料1> 体験教室開催案内ポスター	
<参考資料2> ポールウォーキング実践プログラム	
<参考資料2 関連> 「ポールウォーキング実践プログラム」の用語解説	
<参考資料3> 10m歩幅測定シート	
4. 活動を通してP20
(1) 第一期活動(事前準備)	
(2) 第二期活動(体験教室の開催)	
5. 今後の展望P22
6. まとめP22