

令和5年度事業実施報告書

事業名	こころと体の健康づくり～ハッピープログラム講座		
目的	日々の暮らしの中で小さな幸せを感じるための技術「ハッピースキル」について学び、こころと体の健康を保ち、幸福感を高める。		
日程	令和5年9月4日（月）、9月11日（月）		
会場	群馬県社会福祉総合センター		
講師	公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団 安順姫、岩田明子		
参加申込者	27人	参加者	9/4 26人 9/11 25人
参加者の感想	<ol style="list-style-type: none"> 1 毎日今日を振り返り、小さなことも周りの人に支えられながら生きていることに気づくことができました。 2 心も体もハッピーになりました。学んだことを地域で活かしていきたいです。 3 ハッピーステップ10の項目を目標に頑張っていこうと思いました。 4 今回の講座での出会いに感謝します。 		
講座風景	<p>※講座風景の写真 (1日目) 9/4 (月)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>(2日目) 9/11 (月)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		