

# 1. 活動や興味・関心事



👉 これまでおこなっていた・今おこなっている・これからおこないたいことについて、該当するものに✓をつけてみましょう。

		これまで おこなっていた	今 おこなっている	これから おこないたい
運 動	「住民主体の通いの場」での体操 (※7ページ参照)			
	スポーツ(グラウンドゴルフ・ジム等)			
	散歩			
	山登り・山菜採り・キノコ採り			
	釣り			
	スキー			
文 化 活 動	写真			
	編物			
	読書			
	音楽鑑賞			
	映画・観劇等			
	カラオケ・歌			
	おしゃれ			
	囲碁・将棋			
	スマホ・パソコン			
	ゲーム(コインゲーム等)			
	お参り			
習い事(お茶・お花等)				

		これまで おこなっていた	今 おこなっている	これから おこないたい
料理	食事づくり			
	郷土料理づくり (芋煮・納豆汁・玉こんにゃく・だし等)			
	漬物づくり			
遠出	温泉			
	旅行・ドライブ			
地域活動	ボランティア活動			
	自治会・老人会等に参加			
	お茶のみ会			
	お祭り・盆踊り・芋煮会			
	子どもの見守り・世話			
その他	ショッピング			
	農作業・家庭菜園・庭の手入れ			
	動物の世話			
	競馬・競輪・パチンコ・麻雀			
自由記述				

特技を活かして活動してみたいことがあったら、記入しましょう。

例) 洋裁の知識を活かして物づくりをしたい  
介護の経験を活かして高齢者の話し相手がしたい

