

新着情報 (No.63/2014 年度)

H26. 10. 24 女性部会健康づくりセミナーを開催しました

日 時 10月24日(金) 10:00~12:00
場 所 美園会館集会室
参加者 美園地区女性部会 ほか 30名

恒例となった女性部会健康づくりセミナーが開催されました。

講師は、松田整形外科記念病院のメディカルフィットネス「C-L i n k」アシスタントトレーナーの森脇 睦氏。

参加者は、日ごろの疲れや身体のこりを解消するための運動を楽しく行い、笑顔で心地よい時間を過ごしました。

佐々木部会長の挨拶



笑顔の素敵な森脇講師





日ごろのストレッチが大切です

