

新着情報 (No.026/2018 年度)

H30.10.26 町連女性部会「健康づくりセミナー」開催

日 時 10月26日(金) 10:00~11:30
場 所 美園会館 集会室
参加者 町連女性部会 他

毎年恒例の女性部会「健康づくりセミナー」が開催されました。
今年も、むつみ講師(健康運動指導士)に来ていただき、音楽のリズムに合わせてイスに座ったまま身体を動かしたり、タオルを使って運動したりと、参加者は楽しみながら身体を動かし、心地よい時間を過ごしていました。

