

<いちはら健康教室第7回>

11月17日に健康教室第7回目が開催されました。13名の参加者と共に体力測定を実施しました。今回は、卒業式を兼ねて学生による三線の弾き語りも実施されました。

<参加者の声>

- ・「6ヵ月続けてよかった！」
- ・「今後も家で頑張って続けます」
- ・「卒業が嬉しいけど、寂しい」
- ・「友人に若返ったねと言われた」



<今月のスタッフ紹介>



いまい れい
今井 礼
作業療法士
Q：もし100歳まで健康に生活できたら？
A：長寿の秘訣を語る



ありた なおき
有田 真己
理学療法士
Q：もし100歳まで健康に生活できたら？
A：ひ孫とゴルフをする

第1期生卒業！おめでとう！



↑笑顔で集合写真

<第2弾のお知らせ>

第2弾の参加募集が**開始**となりました。ポスター・チラシにてご案内していますので、ふるってご参加ください！