

<健康教室第2弾開催>

6月15日に2期生の7回目が開催されました。
看護師さんからの講義ではこれからの時期に注意が必要な「食中毒」について学びました。今回は2期生が教室に参加してから半年後の体力測定を行いました。みなさん日頃の運動の成果はいかがだったのでしょうか…？

↓ 膝伸展筋力測定での再評価



↑ 看護師による講義を開催！



<修了式が行われました>

参加者の皆さんは今回で卒業になります。今後は9月と12月にフォローアップの開催を行っていきます。これからも運動習慣が身につくことを期待しています!!

<連絡>

第4弾の募集が随時行われています。日程の詳細は来月号で掲載いたします。ご不明な点は下記連絡先へお願いします。



<編集後記>

6月上旬に教室長の篠田が怪我をしました。自宅の階段を降りる際、最後の1段を踏み外し、第5中足骨を骨折しました。皆さんも怪我や病気に注意して生活してくださいね!

