

# ●No.47 西原運動教室●

1月8日(木)に西原運動教室にお伺いしました。  
男性4人を含めた全員の参加でした。ラジオ体操の歌から始まりみんなの体操、ラジオ体操、  
脳トシ、筋力アップ👆、歌と盛りだくさんの内容でした。タオル体操の成果でみなさん握力  
アップ👆 とても明るく元気いっぱいのみなさんでした😊  
これからも楽しく長く続けてください!!



第20回大分県地域福祉推進大会  
大分県知事賞  
『明るい高年賞』受賞  
三浦 清一様(93歳)



毎回教室に参加😊  
仲間に囲まれて  
元気いっぱいの  
三浦さんです💕



開催日 毎月 1・2・3・4木曜日  
開催場所 西原公民館  
開催時間 10時～11時

代表者 井町 琴美  
スタッフ 加藤 典子