

No.282みつよし楽々いきいき体操教室

春一番🌸桜の花とともに新しい教室が開校しました💕 令和8年度最初の教室は12月に修了した49期生メンバーでの体操教室です。開校にあたり包括、みつよし優心館のご協力をいただきました。これからも地域に根ざした教室をみんなで作り上げてください！来年の満開の桜をみんなで元気に迎えることを目指して活動に取り組みましょう💕



口腔体操
唾液腺マッサージ
パタカラ



場所 みつよし優心館
日時 第1・3金曜日
10時～11時30分

教室代表者 高野 公子
スタッフ 穴見 幸恵
伊藤 昌代
金丸 真理

😊それぞれが1日、1ヶ月、1年と元気で過ごせる時間を延ばしていこう💕