

100歳のお元気な教室生！



サヨコさん 100歳

No.220 大塔健康教室

健康づくり指導者 代 表 三重野 昭子
スタッフ 足立 貴美子

2月7日 大塔健康教室におじゃましました。
雨模様の日でしたが、皆様元気に集まり教室が始まりました。
指導者の楽しく丁寧なご指導で、皆様熱心に取り組まれていました！
中でも、100歳のサヨコさんはほとんど休まずに参加されているそうです。
「体操教室は楽しみです！」と言われていました。
周りの参加者も目指せ元気な100歳！！