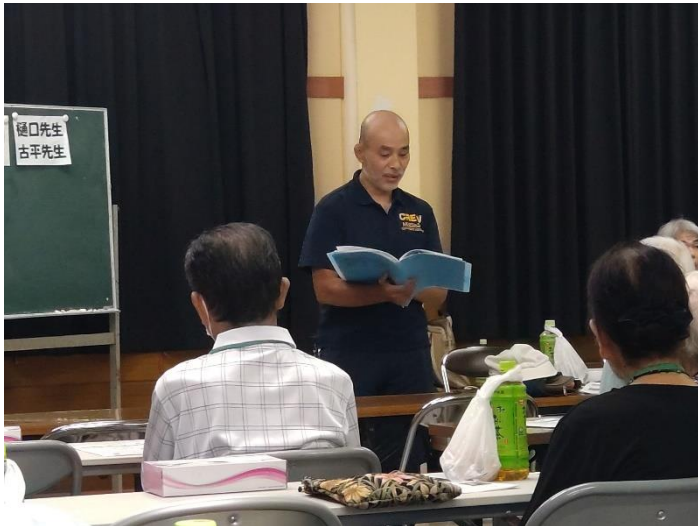


9月のふれあいサロン実施状況

9月27日のふれあいサロンは、前橋柔道整復師会会長の樋口先生と副会長の古平先生をお迎えしました。

「つまずき転倒予防 転ばない体作り」と題し、樋口先生の楽しくわかりやすいお話を聞いた後、古平先生による「百歳体操」の指導で体を動かしました。

皆さんお家でも実践しましょうね。



2024年9月27日実施