

健康教室 「楽しくリズム体操」を開催しました。



健康教室は、10/2(水)午後1時30分～東公民館で開催されました。

この「リズム体操」は、氏家現代舞踊研究所の小嶋直美先生が昭和歌謡をアレンジし、ダンスの要素を取り入れた体操です。

楽しく踊って気分をリフレッシュ出来ました。

保険推進員が主体となり、年に一回健康教室を開催しています。詳しいことは、東公民館便り「あずま」に掲載されます。是非ご参加ください。