

## 第 11 回健康講座

開催日時・場所

2019年7月23日（火） 13：00～14：00 南ヶ丘1区公民館

テーマ・講演者

**【健康寿命を延ばすためにいますぐ出来る体操】**

介護老人保健施設カトレア

古野・白水・青木

カトレアスタッフによる、健康寿命を延ばすために今すぐ出来る体操講座を開催致しました。今後も定期的に体操講座を行う予定です。ご興味のある方はどうぞお越しください。