

健康体操 2018 のつどい



小雨の中出席者51人

健康体操の主催は「長後地区老人クラブ連合会」共催は「長後いきいきサポーターセンター」と「長後公民館」の協力により公民館の

元気よくピアノに合わせてラジオ体操第一

ふじさわ プラス・テン体操



体育室で開催しました。講師は介護予防運動指導員の鈴木友範氏の指導により、十時〜十一時三十分まで健康体操に汗を流しました。

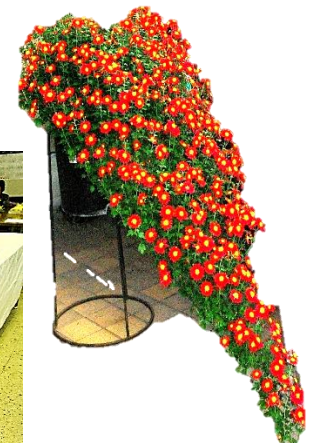
J:COM の取材を受けている皆さん

かわせみ体操、体側伸ばしです

主催者と共催のみなさん



11月10日～12日迄長商協の一階において趣味部会の菊盆栽展示会が行われました。



趣味部会菊盆栽展