

令和7年度

## 第5回健康づくり教室

令和7年11月25日(火)

健康教室最終回はモルックとスカットボールです。寒くても動けばすぐに全身ぽかぽかです。



声援がとびかい会場は和やかムードで和気あいあいです。



全5回すべて参加した方に表彰状が授与されました。



ゆっくり投げるので体への負担も少なく安心

