

幸友会は「スクエアステップ講座」を開催いたしました。

下村・幸友会は一人暮らしの高齢者の皆さんと共に、体を動かし、お口を動かし、元気に楽しい時間を過ごすためのイベントを企画。講師はおなじみの富岡由美子先生で「足の筋力向上」「転倒防止」「認知機能低下の予防」今回は会場が変更になり町内会館隣の広い会場でのびのびと体を動かしました。





運営 下村町内会・三者見守り委員会
担当 岡村恵美子・小山徹・福田正好
協力 villa tateba はぎまる