

令和4年度 出前講座

■ 日 時 : 令和4年11月15日(火) 10:00~11:00

■ テーマ : 「腹式呼吸による健康管理」

■ 講 師 : 歌手・ボイストレーナー
東 汐璃 先生

■ 会 場 : あったかセンター板橋

■ 参加者 : 地域住民 19名

