

## 令和5年度 出前講座

■ 日時 : 令和5年8月31日(木) 9:30~10:30

■ テーマ : 「歌体操」

■ 講師 : レクリエーションインストラクター  
菊地 幸 先生

■ 会場 : 一の又シニア健康教室

■ 参加者 : 地域住民 12名

