

第14回

あさがお劇場

～みんないっしょに1・2・3・4!～

司会 薬剤科 松本 光司

司会よりひとこと・・・



今回も前回に引き続き好評だった、あさがお劇場を開催しました。
テーマは「運動」ということで、寸劇を通してお伝えしつつ、会場の皆さんと一緒に体を動かすことができました。
会場からは「あっという間だった!」との声もありました。
また、グループワークではおうちで転倒しやすい場所の確認もできました。
転倒には気をつけながら「筋肉貯筋」をしていきましょう!
次回のあさがお劇場にもご期待を!!

開催風景



運動の大事さを紹介♪



実際に体を動かしてみよう!