

## 【 R7.11.25(火)健康教室 】

参加人数 5名

(男性:2名・女性3名)

令和7年度第3回目の健康教室を開催しました。

あいにくの天気にもかかわらず、5名の地域の皆様がご参加くださいました。

施設長の開会の挨拶から始まり、「認知症予防体操」～コグニサイズ～

「フレイル予防について」～お口の機能について～のお話をしました。

和やかな雰囲気の中楽しい時間を共有することができました。

ご参加くださいました皆様ありがとうございました。



会場の飾り付け



施設長 開会のご挨拶



認知症予防体操～コグニサイズ～ “2番目のポーズは何でしたか？”クイズ形式参加型



フレイル予防についてのお話～お口の機能チェック・パタカラ体操～



☆看護部長 閉会の挨拶☆