



# 木太支部ニュース

2019年9月号



今年の夏も例にない暑さでしたがまだまだ残暑が続きそうですので熱中症に注意して下さい。

7月3日(水)いきいき元気会でころばん体操とセラバンドを行いました。13名の参加でした。体操後コーヒータイムで楽しみました。



8月7日(水)10:00より協同病院の理学療法士の松本さんにお越し頂き『ひざ痛、腰痛予防』のお話と体操をして頂きました。参加者13名でした。その後コーヒーゼリーやお菓子でほっこりとして頂きました。暑い中ありがとうございました



\*\*\*\*\*

『いきいき元気会木太』今後の予定 “木太中央公園管理棟”にて

9月4日(水) 10:00~11:30 ころばん体操、セラバンド  
10月2日(水) 10:00~11:30 ころばん体操、セラバンド

