

サロン名： 東阿高団地サロン
場 所： 東阿高団地公民館

報告書

開催日時	令和 7年 9月18日 (木) 11:00 ~ 12:00				
参加者数	内 訳	男性	女性	講師	ささえりあ
計 名	人 数	2名	5名	2名	1名

内 容	11:00 よかよかスマイルクラブ (体操)	:	インストラクター	藤瀬 賀子氏
	11:30 福田ケアセンター (脳トレ)	:	代表取締役	福田 祐一氏

活動風景

よかよかスマイルクラブ: ゆっくり4秒筋トレ



福田ケアセンター: 脳トレ

