



北部地区社会福祉協議会「ハートの会」登録団体活動記録

もみじの会



本会理学療法士より口すぼめ呼吸についての話がありました。長く息を吐くことで新しい空気をよりたくさん吸うことができます。本会理学療法士が10秒数える間、みなさんしっかり息を吐いていました。中には「まだまだ吐ける」といった方もみえて会場を盛り上げていました。

今川地区

平成30年4月4日（水）

10:00~12:00

富士松市民センター

参加者12名

簡単な体操、脳トレ等

参加者でお話し会

