

# 田川市 生きいき健康教室



令和6年9月4日（水）10:00～11:30

位登団地公民館にお伺いし、認知症予防講座とミュージックケアを行いました。

皆さん熱心に講座を聞いて頂きました。ミュージックケアでは 365 歩のマーチなど懐かしの曲に合わせて、身体を動かして頂きました。下肢に負担が大きい運動も難なくこなす参加者もいらっしゃり、パワフルさに驚くばかりでした。

今回は 17 名の方に参加して頂きました。ありがとうございました。