

水巻町認知症初期集中支援推進事業

令和6年9月11日(水)水巻町初期集中支援推進事業に講師を派遣しました。

今回は水巻町役場別館へお伺いし、認知症予防講座と笑いヨガを行いました。

12名の方が参加されました。笑いヨガとは笑いの健康体操です。ストレスを軽減し幸福感を高めることを目指しています。皆で笑い合い、脳の活性化ができました。



皆で笑いヨガを行い、
思いっきり笑い合いました！

