

水巻町認知症初期集中 支援促進事業

令和6年10月18日(金) 10:00~11:00



笑いヨガを行いました！

水巻町梅ノ木団地集会所にお伺いし、認知症予防講座と笑いヨガを行いました。
笑いヨガとは言葉を使わずに笑う動作で心と体を整えるグループエクササイズ
です。皆さん熱心に取り組んでくださり、地域の活力を感じました！
今回は12名の方に参加して頂きました。ありがとうございました！