

サロン名： 沈目サロン
場 所： 沈目公民館

報告書

開催日時	令和6年 1月 18日 10:00 ~				
参加者数 計 名	内 訳	男性	女性		ささえりあ
	人 数	4名	7名		1名
内 容	1.講話：「冬に気を付けたい病気・感染症」 2.呼吸筋ストレッチ 3.脳トレ				

活動風景



冬に気を付けたい病気・感染症 (1)



冬に気を付けたい病気・感染症 (2)



呼吸筋ストレッチ (1)



呼吸筋ストレッチ (2)



脳トレ (1)



脳トレ (2)