

サロン名： 塚原サロン
場 所： 塚原公民館

報告書

開催日時	令和 7年 11月11日 (火) 10 : 20 ～ 11 : 30				
参加者数	内 訳	男性	女性	くまむた荘	ささえりあ
計 16 名	人 数	0名	16名	伊藤様・園田様2名	1名
内 容	10 : 20～ 体操（準備体操） 10 : 40～ 体力測定（timed up&go・握力・片脚立ち） 11 : 10～ 体操（リズム体操・脳トレ）				

活動風景

