

# 和み処 澄れ

**和み処 澄れ** 回覧



春だ！ 皆で体を動かしましょう！

【会場】  
特別養護老人ホームいなほの郷  
1階 地域交流スペース

【参加費】  
無料

13:30~15:00

【和み処 澄れ】 ぜひ、地域の皆様どなたでもご参加ください

内容	お問い合わせ
柔道整復師が教える健康体操	社会福祉法人いなほの郷福祉会
講師 いなほの郷福祉会 柔道整復師	愛知県美浜町センターいなほ ☎ 025-276-5555 担当 樋口・齋藤・鈴木

\*「和み処 澄れ」は、江東区社会福祉協議会「地域の夢の開始事業」を受け実施しています

〔日時〕

令和8年4月8日(水)

13:30~15:00

〔内容〕

「柔道整復師が教える健康体操」

〔講師〕

悠遊くらぶ優和 柔道整復師

当法人の悠遊くらぶ優和の機能訓練指導員が講師となり、座ってできる体操や脳を使った手指運動を紹介してくれました。また、他はテーブル対抗パズルゲームを開催し、参加者同士で交流しながら、笑いながら、楽しまれていました！  
みなさん、次回もぜひご参加ください！

