

一般財団法人土木建築厚生会 健康セミナー

「健康滑舌トレーニング」

～表情・脳を活性化して若返り！～

を開催しました。

開催日時：令和5年10月11日(水) 10:00～11:30

会場：なかのZERO視聴覚ホール

講師：花形 一実 先生（日本成人病予防協会認定講師）



33名の方にご参加いただきました。
先生と一緒にトレーニングをしていくうちに、
体もポカポカ。
最後は皆さんも大きな声が出るようになり、
笑いの絶えないセミナーとなりました。
ありがとうございました。