

一般財団法人土木建築厚生会 健康セミナー

「滑舌トレーニングと 楽ラク運動で全身元気に！」

を開催しました。

開催日時：令和6年10月4日(金) 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指定講師）



足元のお悪い中、25名の方にご参加いただきました。
簡単な運動と、滑舌トレーニング。
皆さん大きな声も出て、楽しいセミナーとなりました。
ありがとうございました。