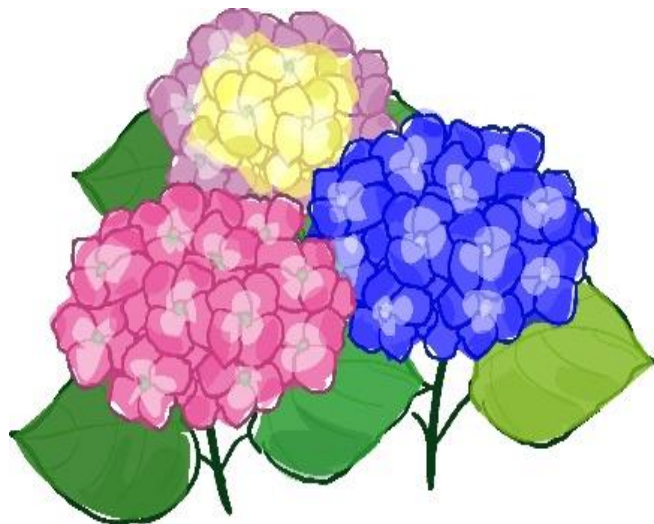


外へお散歩



6月 梅雨です。
雨降りの日が多くなり
ジメジメしますね。
晴れた日には遊歩道へ
散歩に出掛けています。
日光浴で骨を丈夫に
しましょう。





6月の活動内容



輪投げ大会

パワーリハビリ



スタッフが付き添い、一人ひとりに合わせた回数や負荷を調整して取り組んでいます。

「1, 2, 3, 4」「5, 6, 7, 8」
声を出して数える事で、酸素をたくさん取り込むのでスッキリしますよ。