シルバーサロン～オリーブ～
活動報告

6月3日（火）

テーマ：フレイル予防教室

会員１１名の方にご参加いただきました。
前半では、おしゃべり＆頭の体操脳トレを行い、
後半はフレイル予防体操とボッチャ風かるたを
楽しみました。