

橋本地区公民館 令和4年4月 主催事業の様子

健康ウォーキング

第15回

健康ウォーキング (第15回)

4月14日(木)実施
行先 恋野地区公民館駐車場～
恋野地区散策
時間 約1時間
距離 約4km 約6,000歩



道路横断は十分注意してください。
横断時は、館員の指示に従ってください。



第15回は恋野地区公民館を出発して、恋野地区を散策しました。初夏のような陽気で気持ちの良い汗をかくことができました。チューリップもきれいでした。

健康一番体操

凝りが引き起こす痛みや、凝りの原因について教えていただきました。

毎日の健康管理に役立つ健康よもやま話を聴いてから体操をはじめます。



乳幼児親子学級

ぐー☆ちよき☆ばあー & ベリィーベリィー



はじめまして
ぐーの新年度1回目はボールプ
ール遊び。

はじめまして
ベリィーの新年度は、体重・身
長測定で始まりました。
手型、足型をとりました♪

Bigお絵かき



完成！！