



コミュニティーのこのこ



2025年1月10日、新年初のこのこが「体操」からスタートです。寒い朝でしたが、大勢の方が体を動かして集まってくれました。今年も元気に過ごしましょう。どうぞよろしくお願いいたします。



始まる前の様子



恒例の指体操



人と比べないで



先生の説明をよく聞いて



足を開いたり閉じたり



今年も楽しく笑って元気に
過ごしましょう

