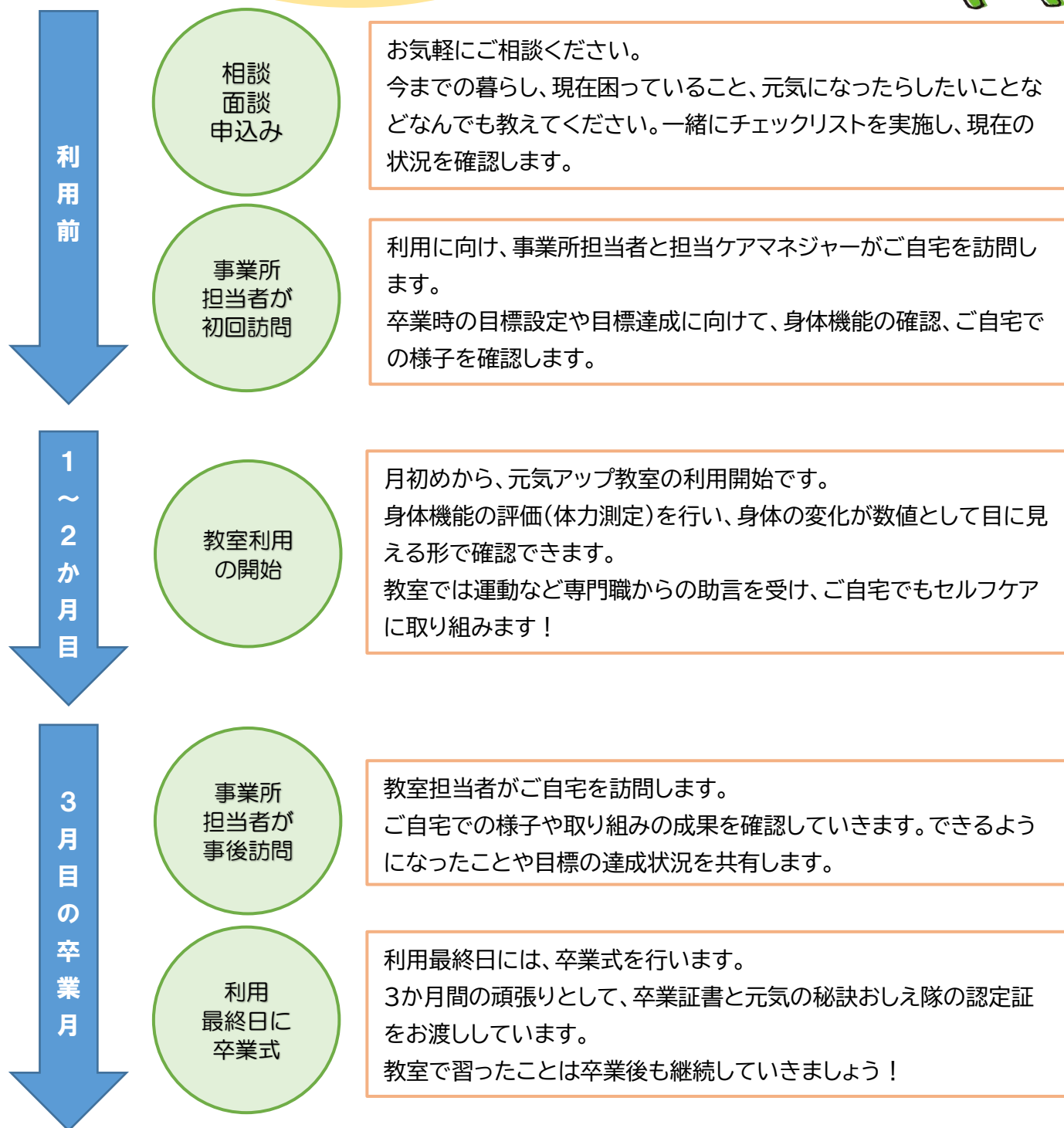


元気アップ教室の利用 流れの一例



元気の秘訣おしえ隊として、
教室で習ったことは続け、周りに元気になれそうな人を見つけたら声をかけて下さい。
もし、再び体の衰えを感じたときは迷わず相談しましょう！