

アクティブ応援館かめsun体操・筋トシ教室



2025年12月22日 サンカルナ小倉大手町

アクティブ応援館かめsun恒例の体操・筋トシ教室を開催しました。

毎回少しずつ新しい体操などもとりいれながら、定番の口腔体操などもおこなっていたいただき2025年最後の体操教室となりました♪