

チェアヨガ教室 9/14 開催しました♪

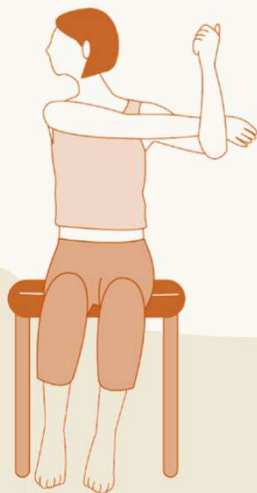


月1回のチェアヨガ教室をみなさま楽しみに
されていらっしゃいます😊

スタッフ数名も一緒に参加しており、終了後
「入居者様が（スタッフより）先生の指示
どおりできてる！」と驚きつつ話しております♪

2026.9.14 サンカルナ小倉大手町

イスに座って
おこないます！



講師：埜村 晃代（タオムラ アキヨ）先生/日本アイアンガーヨガ協会認定指導員レベル2/日本ヨガ療法学会ヨーガ療法士