西富岡ヘルスアップ教室

平成28年12月21日　冬至

クリスマス会

グリーンハウスにて
参加 30 名

毎月第二木曜日と第四水曜日は、ここグリーンハウスにて西富岡ヘルスアップ教室・体操教室を実施していますが、毎年 12 月の第四水曜日は第三水曜日に置換え、体操教室をクリスマス会としています。
今年も①スリーA と笑いヨガ　②ケーキとお茶　③ピアノ演奏とみんなでトーンチャイムと合唱で楽しい時を過ごしました。

① スリーA ゲームと笑いヨガを楽しみました

②ケーキとお茶・コーヒーを楽しみました

③ピアノ演奏とトーンチャイムに合わせてみんなで合唱