レストランのテーブルに座っている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。レストランのテーブルに座っている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。

参加者

姫治大学　31名

「骨折しないための体づくり」講座の様子

令和7年8月21日（木）　姫治地区センター

文字が書かれている

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。部屋に集まっている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。テーブルの周りに集まっている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。キッチンで作業をしている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。椅子に座っている人たち

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。テレビを見る人々

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。椅子に座る男性

AI 生成コンテンツは誤りを含む可能性があります。

骨折をしない→転ばないこと→筋肉を鍛える

→運動をする→毎日続けよう！

みなさん、とても集中して先生の話を聞いていました。

地味にきつい運動でした。