

公民館講座 令和5年6月16日 (金)

健康マーじゃん教室

講師：門脇 清さん

今、認知症予防でも注目をあびている健康マーじゃん！！初心者の方にもわかりやすく、ルールやマナーを学びました。

お金を賭けない！
お酒を飲まない！
タバコを吸わない！

3つの「ナイ」

