

【平成24年5月11日 No.24-16】

## 山田町お達者ストレッチ体操

今年3月にオープンした山田町「ひだまりハウス」で、講師の指導で山田町慶寿会のメンバーが、ストレッチ体操を楽しみました。

「身体がぽかぽかして楽になった」

「若返るために楽しく続けましょう」の声と共に

「いてててて・・・」とか「ああえらあ」と言いながら

皆さんとても生き生きと楽しんでいました。

以下に当日の写真を掲載します。



