



## 境野ふれ愛学級 第3回 栄養指導

この日は講師に石井秀子先生をお招きして、バランス良く食事をする事の大切さ、あわせて軽い運動をすることにより、フレイルサイクルを断ち切ることが元気な生活を送る事の良さを学級生に説明していました。

令和 5年 7月13日(木)

