

# 令和7年度 西さわやか学級

【第6回】 3B 体操で健康寿命をのばしましょう

令和7年9月18日（木）



第6回の西さわやか学級は、講師に園田まゆみさんをお招きし『3B 体操で健康寿命をのばしましょう』を開催しました。

34名の学級生が参加し、ベルター筋トレ、脳と体と口のアクション等を学びました。

最後は輪になりリラックスして終了となりました。

