

1, 2, 1, 2 ウォーキング



～落合潮騒コース～



R8 年度は雲一つない快晴！☀️
でしたが、風が強かった…💨

調理教室



R7年度は「彩り鮮やか 野菜たっぷり
クリスマスメニュー」を作りました！



毎年たくさんの健康イベントを
企画しています！

向能代地区

一ぜひお気軽にご参加くださいー

作品づくり



素敵な作品がたくさん
できあがりました！

R7年度は
「自分だけの、アクリルたわし
づくり☆」を行いました。



運動教室



R5. 6



～ズンバ～



R4

～エアロビクス～



R7

～楽しくからだを動かし
健康づくり～