

転倒予防とフレイル体操



5月19日に菜の花サロンで開催された【転倒予防とフレイル体操】にリハ科セラピスト2名が講師として参加させていただきました。

地域の方々と交流する機会がコロナ禍で少なくなっていたので、今回体操を通して交流し楽しい時間を過ごすことができました。

地域の方が生活で困らないよう、今回のようなイベントに今後も積極的に参加していきたいと改めて思いました。