



市民ふれあい学級

楽しいウォーキング

4月27日（火）さくらさく小径でレクリエーションインストラクターの
岡部^{きよこ}聖子先生による「楽しいウォーキング」を開催いたしました。

この講座は、ウォーキングの習慣を身につけ、生活習慣病の予防を目的に
開催したもので靴の履き方から正しい歩き方などを学びました。

