

平成 28 年度第 2 回

さくらカフェ

ラジオ体操で 元気になろう

2016/6/30 桜ヶ丘公園



今日からはじめる！**健幸生活**

講師：豊橋市保健所 健康政策課 **小川さん**



“趣味に生き よく話しては よく笑い”

みなさん

さくらピアでおはなししましょう～



梅雨の晴れ間を上手に使って屋外トレーニング！

イチ、ニイ、サン、シイ！



講師：

パーソナルトレーナー
土屋優介さん



体操のあとは
天伯スイカで
舌つつみ



あまくておいしい～



次回は9月2日(金)
「公園の魅力」