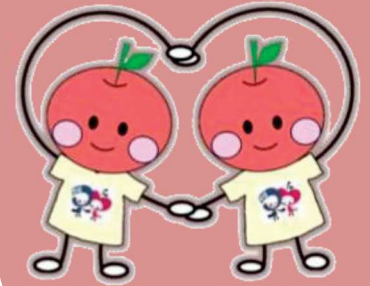


7月2日（土）公開講座にて、りんごの会によるヘルスリテラシー向上サポート活動の報告会が行われました

ヘルスリテラシー
向上サポート活動
最終報告発表会

りんごの会



代表の南場さんがりんごの会の活動について説明しました。

当日配布の資料に掲載していた元気体操のひとつ、どすこい体操にりんごの会の学生さんと一緒に挑戦。『どすこい！パンチ！』



元気体操については「マルホすこやかナビ」でPDFを掲載しています



当日配布されたリーフレットです。



挑戦したどすこい体操は脳の体操です。前に出す手と胸にあてる手の動きを交互に変えます。皆さん真剣に、楽しく挑戦していました。