

作業療法士！
青空体育の

健康体操!!

大人気
YouTuber



作業療法士 青空体育

介護予防を意識しながら、脳と身体を刺激して
ゆっくりと楽しくできるプロの健康体操！
医療者として長年の経験を活かし、なるべく多くの
方が楽しく参加できるように工夫した体操です！
ご無理のないところでご参加くださいね！

2023

10月

29日(日)

開演14:00～14:45