

「市民活動ネットワークフォーラム 2023」が開催されました。

令和5年10月27日（金）「市民活動で健幸づくり」～人生100歳まで健康で幸せに～をテーマに開催しました。市民活動登録団体の「リコーダーアンサンブル きつつき」による素敵な演奏で幕を開け、講演会講師には介護福祉士・健康運動指導士でつながるバンクに登録の「岡村 増美様」に自らの市民活動の体験をもとに講演をしていただき、その場でできる簡単な健康体操を来場者と一緒に体験しました。参加者の皆さんにも大変に好評でした。



「リコーダーアンサンブル きつつき」の演奏



様々なリコーダーによる素敵な演奏



講演会講師 岡村 増美様



来場者と一緒に簡単な健康体操

