

平成29年12月9日（土） 「家族を守るためのインフルエンザ対策」

平成29年12月9日（土）健康講座が行われました。
兵頭先生の講演「家族を守るためのインフルエンザ対策」
では、インフルエンザの特徴や症状・一般の風邪との違い・
ワクチンについて・予防策などのお話を皆さんとても真剣
な表情で聞いておられました。



頭を使ったあとは、看護師による健康体操で体を動かして
いただきました。
皆さん、曲に合わせて、時には歌詞を口ずさみながら、
笑顔で体操する様子は、とても楽しそうでした。「この体操
は毎週やってないの？」と仰ってくださる方もいました。
みなさま、多数のご参加ありがとうございました。

