

## 令和4年度出前講座一覧

5月12日 松陰クラブ 参加者 10名

- ・タオル体操
- ・リズム体操
- ・函館市医療・介護連携支援センターとは
- ・出前講座のご案内

6月17日 青色申告会青年部研修会 参加者 13名

- ・超高齢社会～家族の突然の変化に備えて～

7月14日 松陰クラブ 参加者 9名

- ・花笠を作って、踊ろう
- ・自分の体を知ろう！（脈について、心不全の予防について）

7月20日 山の手町会館 参加者 38名

- ・認知症について
- ・リラックス体操