

今回は『お家でできる簡単ストレッチ』というテーマで、私たち「ほりきり訪問看護ステーション」の看護師が実際に行なっている体操をご紹介させていただきました！

★ストレッチ



ふむふむ…
意外と皆さん
できていますね。
日頃体を動かしている
のかな??

うわあ～
気持ちいい😊
ストレッチすると
リフレッシュ
できますねえ～

★記念撮影

参加していただいた
組合員さんとスタッフで
記念撮影📷
皆勤賞(全3回)の方に
賞状をお渡ししました



皆さん、お疲れさまでした。