

令和元年8月22日

いっぴく堂カフェレター No.4

今回のいっぴく堂は、認知症予防についての講話と認知症予防に効果があると言われている“笑いヨガ”の阿部先生をお招きし、参加者全員でたくさん笑いました。

こんなに笑ったのは久しぶり、体がぼかぼこしたなどとても楽しい時間を共有することができました。

