

2020/1/22

健康ボイトレ 歌謡ショー



健康ボイトレーニング歌謡ショーを行いました！歌うことで喉の筋力をきたえて嚥下力の向上や、歌に合わせて体を動かすことで脳の活性化が期待できます。懐かしいメロディに合わせて歌って体を動かして、と楽しそうに取り組まれておりました！

