



鈴木 利周

23時間前 · 🌐

馬場集会所。体操の後はTVの前に集まって指体操(脳トレ)。37種類の指、手、足を使った体操。出来るものがダンダン増えてきてます。認知症予防です。手は第二の脳と言われるとか…。試作品でまだ不具合が有ります。修正できたら他の体操会場にも…。

