

北島図書館「みんなで楽しくリズム体操」を開催しました

令和8(2026)年3月22日、北島図書館で「みんなで楽しくリズム体操」を開催しました。

音楽が流れる中、ゆっくりとストレッチなどで身体をほぐしたあと、楽しいリズムによって教わったダンスをみんなでおどりました。

ふだんは、あまりできない身体のすみずみをつかった体操に、参加された方たちは家族と一緒に笑顔で楽しんでおられました。

