



第25回オレンジカフェ間宮を実施致しました。

今回、健康に過ごせるために、廃用症候群に焦点をあて、膝や腰の痛みに対する原因と予防。日常的に「痛いから動かない」という、『負のスパイラル』を起こさないようなお話しました。皆さん、興味深々で聞き入っていました。このようなお話の時間を、また予定致します。

