



障がい者ピア座談会

健康でいるために、みんなは どうしていますか



令和6年10月27日（日）に
あいネットいみずで2回目とな
る障がい者ピア座談会「健康で
いるためにみんなはどうしてい
ますか？」を開催しました。

お菓子を食べながら和やかに
おしゃべり。

ダイエットや太極拳、辛いことを
好きなアニメに例えることなど話し
ていただきました。



生活の中で、どのようにストレス
をコントロールしているかを披露
していただきました。

また、参加したいとの言葉もいた
だきました。皆さん、ご参加いた
だき、ありがとうございました。

