

スマイル NW 通信♪

10月6日(日)に職員を対象とした、ノルディックウォーキングラリーを開催いたしました！

秋晴れの中、卓田インストラクターのご指導のもと、羊ヶ丘病院をスタートし約8kmのコースを岡村院長はじめ、職員全員で気持ちよく元気にノルディックウォーキングをする事ができました。

途中、熊ノ沢公園ではノルディックウォーキングの正しいフォーム指導やポールを使った。

サークルゲームなどを行い楽しく充実した時間を過ごす事ができ、終了後は、美味しい焼肉&ビールで打ち上げを行いました。

今後も羊ヶ丘病院を通して、職員共々ノルディックウォーキングの素晴らしさを発信していけたらと思います！

