

日向ぼっこ クラブ

みなさまからのご要望にお応えしまして
日向ぼっこクラブが始まります。

初回 12月13日(火)

10:30~11:00

日時 : 毎週火曜日 10:30~11:00
(おおよそ15分~20分間実施)

場所 : レストラン内、中庭(天候によって)

一緒にお日様の光を浴びませんか？

日光浴をすることで、体内でビタミンDが作られます。ビタミンDはカルシウムのバランスを整え、骨の健康を保つ効果があります。

みなさまのご参加をお待ちしております。