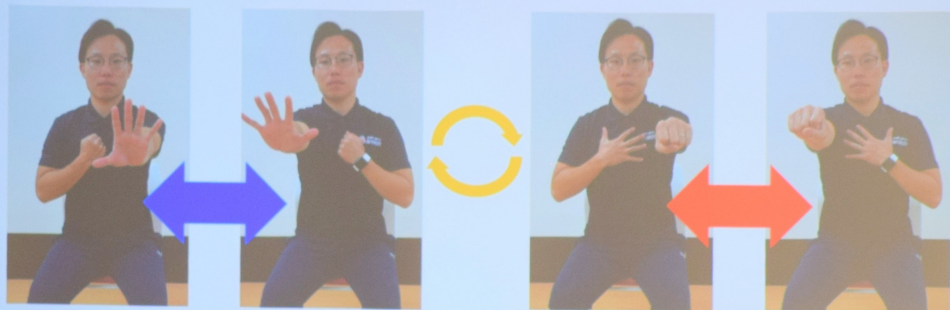


4 認知症と運動



グーパー運動



足踏みに合わせてグー・パーを交互に行ってください

