



ふれあい介護予防教室

場 所 : 庄本介護予防センター1階 地域交流スペース
 豊中市庄本町 3-1-15 Tel 06 (6336) 0842
 日 時 : 毎週火曜日、木曜日の午後13時30分～14時30分
 費 用 : 1回参加ごとに200円
 対象者 : 65歳以上の方ならだれでもご参加いただけます
 定 員 : 20名
 持ち物 : タオル・お茶・動きやすい服装・上履き



※体調管理は自己管理のもとご参加ください

11月の予定



日	月	火	水	木	金	土
			1	2 あべこべ 体操	3	4
5	6	7 ストレッチ	8	9 タオル体操	10	11
12	13	14 スポーツ振 興事業団の 体力測定	15	16 花水木さんの 紙細工	17	18
19	20	21 タオル体操	22	23 指先運動	24	25
26	27	28 大阪医療福祉 専門学校の予 防教室	29	30 青竹体操		

