

足腰が弱くなって一人での外出が不安になってきた方、体力の低下が気になる方、「シルバーパワーアップ教室」に参加して元気を取り戻しませんか？

庄本介護予防センター 「シルバーパワーアップ教室」

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 : 毎週水曜日午後13時30分~15時00分
費 用 : 1回参加ごとに300円
対象者 : 65歳以上で体力低下が気になる方
定 員 : 10名
持ち物 : タオル・お茶・動きやすい服装・上履き

※ご自身で来場が難しい方はご相談ください

7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 シルバーパ ワーアップ教室 13:30~	5	6	7
8	9	10	11 シルバーパ ワーアップ教室 13:30~	12	13	14
15	16	17	18 シルバーパ ワーアップ教室 13:30~	19	20	21
22	23	24	25 シルバーパ ワーアップ教室 13:30~	26	27	28
29	30	31				
						