

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

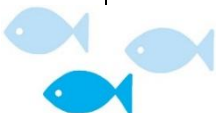
定 員 : 20名

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

8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 シナプソロジ ー	3	4 健康体操	5	6
7	8	9 座位ピクス	10	11 シナプソロジ ー	12 	13
14	15	16 おやすみ	17	18 おやすみ	19	20 
21	22	23 ストレッチ 筋力向上体操	24	25 花水月さんの 紙細工	26	27
28	29	30 シナプソロジ ー	31			
						