



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 シナプソロジ ー	2	3 筋力アップ体 操	4 	5
6 	7	8 シニアヨガ	9 	10 シナプソロジ ー	11	12
13	14 	15 筋力アップ体 操	16	17 花水木さんの 紙細工	18	19
20 	21	22 シナプソロジ ー	23	24 筋力アップ体 操	25	26
27	28	29 筋力アップ体 操	30 			