

庄本介護予防センター

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

2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 豆体操 ウォーキング	3	4 
5	6 	7 シナプソロジ ー	8 	9 ストレッチ	10 	11
12	13 	14 パンスト体操	15	16 花水木さんの 紙細工	17 	18
9	20	21 タオル体操	22	23 健康体操	24	25
26	27 	28 シニアヨガ				

(社会福祉法人豊中市社会福祉協議会)