

高川介護予防センター

シルバーパワーアップ教室

場 所 : 高川介護予防センター 地域交流スペース
 豊中市豊南町東 1-1-2 Tel 06(6335)0668
 日 時 : 毎週木曜日の午後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
 その他 : ご自身で来場が難しい方はご相談ください

6月のシルバーパワーアップ教室予定表

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