

# 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

### 6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 健康体操	6	7 棒体操	8	9
10	11	12 青竹体操	13	14 尿失禁予防 体操	15	16
17	18	19 脳活性体操	20	21 花水木さんの 紙細工	22	23
24	25	26 筋力アップ 体操	27	28 大きなペット ボトルで 健康体操	29	30

