



# 庄本介護予防センター・平成30年度通年教室

## シルバーパワーアップ教室



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 : 第1. 2水曜日、第3. 4月曜日の午後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



### 5月のシルバーパワーアップ教室予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 シルバーパ ワーアップ教室 13:30～	3	4	5
6	7	8	9 シルバーパ ワーアップ教室 13:30～	10	11	12
13	14	15	16 シルバーパ ワーアップ教室 13:30～	17	18	19
20	21	22	23 シルバーパ ワーアップ教室 13:30～	24	25	26
27	28	29	30 シルバーパ ワーアップ教室 13:30～	31		



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？