



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



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



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？