

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

8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 花水木さん 「紙細工」 教室	3	4
5	6	7 熱中症対策 予防対策 体操	8	9 指体操で 健康づくり	10	11
12	13	14 お休み	15	16 お休み	17	18
19	20	21 下肢筋力 向上運動	22	23 脳活性教室 「音読・文字 あそび」	24	25
26	27	28 ペットボトル で健康体操	29	30 歌体操	31	