

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？

庄本介護予防センター 「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 : 毎週水曜日午後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

9月予定表

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