

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

11月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 歌体操	2	3
4	5	6 青竹体操	7	8 ヨガ体操	9	10
11	12	13 白湯健康法	14	15 長谷川先生 の手作業 「なべしき」	16	17
18	19	20 ビンゴ★ ゲーム	21	22 花水木さん の紙細工	23	24
25	26	27 指体操	28	29 下肢運動	30	