

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」

開催場所： 庄本センター2階

豊中市庄本町3-1-17

※お問い合わせ電話番号：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

※ご自身で来場が難しい方はご相談ください

平成31年2月予定表

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	22	23
24	25	26	27 シルバーパワー アップ教室 13:30～	28		