

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 : 豊中市立共同利用施設庄本センター (2階多目的室)

豊中市庄本町 3-1-17

お問合せ電話番号 Tel 06 (6867) 1733

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3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	29	30
31						