

大阪市 介護予防教室 『なにわ元気塾』

令和5年度 **南大江ガガやき教室** 午前10時30分～12時

場所：南大江会館（大阪府中央区農人橋1-4-21）

開催月日	実施内容	講師
4月 5日 (水)	お口健康アップ教室	山田 郁子 先生
5月17日 (水)	おなか元気教室	近畿中央ヤクルト販売
6月 7日 (水)	脳トレ昔話	畠 幸子 先生
7月 5日 (水)	食生活と健康	達 妙美 先生
8月 2日 (水)	いきいき体操	森原 優次 先生
9月 6日 (水)	骨粗しょう症セミナー	日本調剤薬局
10月 4日 (水)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
11月 1日 (水)	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
12月 6日 (水)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
1月17日 (水)	いきいき体操	森原 優次 先生
2月 7日 (水)	脳がはたらく鉛筆画	松田 登 先生
3月 6日 (水)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生

お問い合わせ：ふれあいセンター **もも** ☎ 6763-8139

※ 水分補給用のお茶・お水などご持参下さい。

参加費：無料（65歳以上の方）