

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和5年度 **桃園いきいき教室** 午後1時30分～3時

場所：桃園会館（大阪市中心区谷町 6-5-30）



開催月日	実施内容	講師
4月26日（水）	お口健康アップ教室	山田 郁子 先生
5月24日（水）	おなか元気教室	近畿中央ヤクルト販売
6月28日（水）	いきいき体操	森原 優次 先生
7月26日（水）	食生活と健康	達 妙美 先生
8月23日（水）	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
9月27日（水）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
10月25日（水）	オータムコンサート	ボランティア さん
11月22日（水）	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
12月22日（金）	クリスマス会	ボランティア さん
1月24日（水）	歌と笑いの元気教室	立川 和子 先生
2月28日（水）	いきいき体操	森原 優次 先生
3月27日（水）	脳トレ昔話	畠 幸子 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）