

# 大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和6年度 **道仁ゆーにん教室** 午後1時30分～3時

場所：道仁連合会館（大阪府中央区島之内2-12-19）



開催月日	実施内容	講師
4月16日（火）	ちんどんしゃんて唄いましょ	島本 千秋 先生
5月21日（火）	お口健康アップ教室	山田 郁子 先生
6月18日（火）	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
7月16日（火）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愷 先生
8月20日（火）	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
9月17日（火）	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
10月15日（火）	脳トレ昔話	畠 幸子 先生
11月19日（火）	おなが元気教室	近畿ヤクルト販売
12月17日（火）	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
1月21日（火）	食生活と健康	スープトニク
2月18日（火）	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
3月18日（火）	ひらめき脳活教室	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）