

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和6年度 **桃園いきいき教室** 午後1時30分～3時

場所：桃園会館（大阪府中央区谷町6-5-30）



開催月日	実施内容	講師
4月24日（水）	歌と笑いの元気教室	立川 和子 先生
5月22日（水）	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
6月26日（水）	ひらめき脳活教室	畠 幸子 先生
7月24日（水）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
8月28日（水）	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
9月25日（水）	食生活と健康	スープトニク
10月23日（水）	音楽を楽しむ会①	ボランティア さん
11月27日（水）	お口健康アップ教室	日本訪問歯科協会
12月25日（水）	音楽を楽しむ会②	ボランティア さん
1月22日（水）	ちんとんしゃんで 唄いませよ	島本 千秋 先生
2月26日（水）	脳トレ昔話	畠 幸子 先生
3月26日（水）	ストレッチ体操	長谷川 司 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）