

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和6年度 **東平いきいき教室** 午後1時30分～3時

場所：東平会館(大阪府中央区上本町西5-1-38)



開催月日	実施内容	講師
4月17日 (水)	お口健康アップ教室	山田 郁子 先生
5月15日 (水)	機能訓練指導員と体操	宮本 愼 先生
6月19日 (水)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
7月17日 (水)	ひらめき脳活教室	畠 幸子 先生
9月18日 (水)	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
10月16日 (水)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
10月30日 (水)	ちんちんしゃんて唄いましょ	島本 千秋 先生
11月20日 (水)	機能訓練指導員と体操	宮本 愼 先生
12月18日 (水)	歌と笑いの元気教室	立川 和子 先生
1月15日 (水)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
2月19日 (水)	食生活と健康	スープトニク
3月19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)