

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和6年度

渥美ひだまり教室

芦池カサブランカの集い教室 午前10時30分～12時

場所：南船場会館（大阪府中央区南船場3-7-12）



開催月日	実施内容	講師
4月 5日 (金)	機能訓練指導員と体操	宮本 愷 先生
5月 8日 (水)	お口健康アップ教室	日本訪問歯科協会
6月 7日 (金)	ちんどんしゃんて唄いましょ	島本 千秋 先生
7月 5日 (金)	ひらめき脳活教室	畠 幸子 先生
8月 2日 (金)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
9月 6日 (金)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
10月 4日 (金)	おなか元気教室	近畿中央ヤクルト販売
11月 1日 (金)	左右の動き面白脳トレ	宮本 愷 先生
12月 6日 (金)	脳トレ昔話	畠 幸子 先生
1月 8日 (水)	食生活と健康	スープトニク
2月 7日 (金)	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
3月 7日 (金)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟

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）