

# 大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和8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）



第3火曜日 開催月日	実施内容	講師
4月21日（火）	特殊詐欺に気を付けて	南警察
5月19日（火）	ピアノで楽しく歌いましょう	佐藤 美弥子 先生
6月16日（火）	カラオケ体操	近畿第一興商
7月21日（火）	脳力覚醒おれんじくらぶ	オレンジチーム
8月18日（火）	おしえて帳と脳トレ	保健福祉センター
9月15日（火）	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
10月20日（火）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愷 先生
11月17日（火）	北村先生の転倒予防体操	北村 隼人 先生
12月15日（火）	誤嚥予防・お口体操	松村 慶子 先生
1月19日（火）	お家防災食・栄養	スープトニク
2月16日（火）	お笑い福祉士寄席	お笑い福祉士
3月16日（火）	フレッシュ体操	碓氷 隆太 先生

お問い合わせ：ふれあいセンターもも ☎ 6763-8139

※ 筆記用具・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）