

# 大阪市 介護予防教室 『なにわ元気塾』

令和8年度 南大江



✻✻法円坂ハッピー教室 午前10時30分～12時

場所：コーシャハイツ法円坂35号館1階集会室（大阪府中央区法円坂1-5-35）

第 開	2 月 催	曜 日	実 施 内 容	講 師
	4月	13日 (月)	バルーンアート	バルーンアート同友会
	5月	11日 (月)	歌と体操	ミックスマックス
	6月	8日 (月)	フレッシュ体操	松田 和洋 先生
	7月	13日 (月)	誤嚥予防・お口体操	松村 慶子 先生
	8月	17日 (月) 週変更	おしえて帳と脳トレ	保健福祉センター
	9月	14日 (月)	ピアノで楽しく歌いましょ	佐藤 美弥子 先生
	10月	19日 (月) 週変更	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
	11月	9日 (月)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
	12月	14日 (月)	フレッシュ体操	松田 和洋 先生
	1月	18日 (月)	お家防災食・栄養	スープトニク
	2月	8日 (月)	ハープ演奏と歌	ハーピストみゆき
	3月	8日 (月)	ミュージック・ケア	浦川 暁美 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）