

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和8年度 **中大江はつらつ教室** 午前10時30分～正午

場所：中大江校下センター（大阪市中央区糸屋町2-2-16）



第1火曜日 開催月日	実施内容	講師
4月 7日 (火)	歌 と 体操	ミックスジュース
5月 12日(火) 週変更	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
6月 2日 (火)	音楽を楽しむ会	ボランティアせん
7月 7日 (火) 2階	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
8月 18日 (火) 週変更	教えて帳と脳トレ	保健福祉センター
9月 1日 (火)	脳力覚醒おれんじくらぶ	オレンジチーム
10月 6日 (火)	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
11月10日(火) 週変更	お家防災食・栄養	スープトニク
12月 1日 (火)	誤嚥予防・お口体操	石川 陽介 先生
1月12日(火) 2階 週変更	お笑い福祉士寄席	お笑い福祉士
2月 2日 (火)	エンジョイ英語	横地 優子 先生
3月 2日 (火)	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

※ 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）