

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和8年度 **桃園いきいき教室** 午前10時～11時30分

場所：桃園会館（大阪府中央区谷町6-5-30）



第4金曜日 開催月日	実施内容	講師
4月24日（金）	特殊詐欺に気を付けて	南警察
5月22日（金）	歌と笑いの元気教室	立川 和子 先生
6月26日（金）	フレッシュ体操	松田 和洋 先生
7月24日（金）	左右の動き面白脳	宮本 愷 先生
8月28日（金） 場所：ふれあいセンターもも	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
9月25日（金）	おひえて帳と脳トレ	保健福祉センター
10月23日（金）	お家防災食・栄養	スープトニク
11月27日（金）	エンジョイ英語	横地 優子 先生
12月25日（金）	おなが元気教室	近畿ヤクルト販売
1月22日（金）	誤嚥予防・お口体操	石川 陽介 先生
2月26日（金）	フレッシュ体操	松田 和洋 先生
3月26日（金）	脳力覚醒おれんじくらぶ	オレンジチーム

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）