

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和8年度 **金甌 輪んだふる教室** 午後1時30分～3時

場所：金甌会館（大阪府中央区高津1-1-61）



第2火曜日 開催月日	実施内容	講師
4月14日（火）	お笑い福祉士寄席	お笑い福祉士
4月28日（火）8月の振替	特殊詐欺に気を付けて	南警察
5月12日（火）	カラオケ体操	近畿第一興商
6月9日（火）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
7月14日（火）	誤嚥予防・お口体操	石川 陽介 先生
9月29日（火）週変更	おしえて帳と脳トレ	保健福祉センター
10月13日（火）	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
11月10日（火）	お家防災食・栄養	スープトニク
12月8日（火）	北村先生の転倒予防体操	北村 隼人 先生
1月12日（火）	おなが元気教室	近畿ヤクルト販売
2月9日（火）	脳力覚醒おれんじくらぶ	オレンジチーム
3月9日（火）	歌と笑いの元気教室	立川 和子 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）