

# 健康体操新規参加者 募集!

生活習慣予防・介護予防・元気に過ごせる体づくりを目指し、一緒に楽しく日々の健康に役立つ体操をしませんか?

**日時** 4月11日から翌年3月26日までの  
基本第2・4木曜日(全24回)  
12:45 ~ 13:45  
※4/11のみ 12:15 ~ 13:45

4月	11・25日	10月	10・24日
5月	9・23日	11月	14・28日
6月	13・27日	12月	12・26日
7月	11・25日	1月	9・23日
8月	8・22日	2月	13・27日
9月	12・26日	3月	12・26日

**講師** 履正科学体育研究所  
上 真理子 先生

**対象者** 市内在住の身体に障がいのある方  
及び60歳以上の方

**定員** 20名

**参加費** 年間2,000円

**場所** 摂津市立身体障害者・老人福祉センター  
(摂津市鳥飼上5-2-8 ふれあいの里内)

**お申込** 4月1日(月)より当センター窓口  
又は電話にて受付

◎お問合せは、摂津市立身体障害者・老人福祉センター【072-653-1212】まで