

健康体操新規クラス 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9日から翌年3月25日までの
基本第2・4木曜日(全23回)

12:45 ~ 13:45

※4/9のみ 12:15 ~ 13:45

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 10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2日(木)より当センター窓口
又は電話にて受付

4月	9・23・30日	10月	8・22日
5月	14・28日	11月	12・26日
6月	11・25日	12月	10・24日
7月	9・30日	1月	14・28日
8月	27日	2月	25日
9月	10・24日	3月	11・25日

◎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