



# 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14日から翌年3月23日までの  
基本第2・4木曜日（全22回）  
12:45～13:45  
※4/14のみ12:15～13:45



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