

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11日から翌年3月27日までの
基本第2・4木曜日（全23回）
12:45～13:45
※4/11のみ12:30～13:45

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

講師 運動トレーナー
上 真理子 先生

対象者 市内在住の60歳以上の方
及び 身体に障がいのある方

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(月)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