

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和7年度 **中大江はつらつ教室** 午後1時30分～3時

場所：中大江校下センター（大阪市中央区糸屋町2-2-16）



第1火曜日 開催月日	実施内容	講師
4月 1日 (火)	ちんどんしゃんて唄いましょ	島本 千秋 先生
5月 13日(火) 週変更	ひらめく脳・昔話	畠 幸子 先生
6月 3日 (火)	機能訓練指導員と体操	宮本 愼 先生
7月 1日 (火)	口腔ケアのお話	田中歯科医院
8月 26日(火) 週変更	耳の聴こえ脳科学	パナソニック
9月 2日 (火)	お 終 活	倉谷 直樹 先生
10月 7日 (火)	カラオケ体操	近畿第一興商
11月 4日 (火)	1日分の糖分・栄養	スープトニク
12月 2日 (火)	フレッシュ体操	リ ラ イ フ
1月 6日 (火)	ハーブ演奏と歌♪	ハーピストみゆき
2月 3日 (火)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
3月 3日 (火)	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 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）