

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和7年度 たまつくりいきいき教室 午後1時30分～午後3時

場所：たまつくり会館（大阪府中央区玉造1-11-13）



 第3金曜日 開催月日	実施内容	講師
4月18日（金）	バルーンアート	バルーンアート同友会
5月16日（金）	ひらめく脳・昔話	畠 幸子 先生
6月20日（金）	フレッシュ体操	リライフ
7月18日（金）	耳の聴こえ脳科学	パナソニック
8月22日（金）週変更	ミュージック・ケア	浦川 暁美 先生
9月19日（金）	口腔ケアのお話	田中歯科医院
10月17日（金）	カラオケ体操	近畿第一興商
11月21日（金）	左右の動き面白脳トレ	宮本 愼 先生
12月19日（金）	1日分の糖分・栄養	スーパートニク
1月16日（金）	おなか元気教室	近畿ヤクルト販売
2月20日（金）	機能訓練指導員と体操	宮本 愼 先生
3月13日（金）週変更	ハーブ演奏と歌	ハーピストみゆき

お問合せ：ふれあいセンターもも ☎ 6763-8139 参加費無料（65歳以上の方）

※筆記用具・水分補給用のお茶・お水などご持参下さい。