

大阪市 介護予防教室『なにわ元気塾』

令和7年度 **金鰐 輪んだふる教室** 午後1時30分～3時

場所：金鰐会館（大阪府中央区高津1-1-61）



第2火曜日 開催月日	実施内容	講師
4月 8日 (火)	歌と笑いの元気教室	立川 和子 先生
4月 22日 (火) 週変更	フレッシュ体操	リライフ
5月 13日 (火)	楽々ダンス	ダンス教育振興連盟
6月 10日 (火)	カラオケ体操	近畿第一興商
7月 8日 (火)	ハープ演奏と歌	ハーピストみゆき
9月 30日 (火) 週変更	耳の聴こえ脳科学	パナソニック
10月 14日 (火)	ストレッチ体操	長谷川 司 先生
11月 11日 (火)	口腔ケアのお話	田中歯科医院
12月 9日 (火)	ひらめく脳・昔話	畠 幸子 先生
1月 13日 (火)	ちんどんしゃんて唄いましょ	島本 千秋 先生
2月 10日 (火)	1日分の糖分・栄養	スープトニク
3月 10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）