

かみかみ百歳体操

体験会



かみかみ百歳体操とは・・・

食べる力や飲み込む力をつけ、お口の働きを向上する体操です。
食べこぼしやむせの改善だけでなく、しわの防止にも効果的です♪

日時

令和7年12月5日（金）

13：30～15：30

場所

此花区民一休ホール 1階

対象者

此花区民の方

※百歳体操グループ参加者はグループごとに確認します

持ち物

水分補給ができるもの

申し込み方法

11月27日（木）まで

電話・窓口・行政オンラインシステムで受付

参加費
無料

ピタカラ・ピタカラ



申し込みQRはこちら



申し込み・問い合わせ先

此花区保健福祉センター

此花区役所保健福祉課（保健活動）

電話
番号

06-6466-9968

（平日9時～17時30分）