

気になる人来てや～



百歳体操

体験会・サポーター養成講座

受講料無料!先着30名!

※連続の講座となりますので3回全てご参加ください。

1回目

日時：11月18日(水) 14:00～16:00

場所：住吉区役所4階(第3会議室)

内容：ひろげよう介護予防、いきいき百歳体操の実践

2回目

日時：11月27日(金) 14:00～16:00

場所：住吉区役所4階(第3会議室)

内容：かみかみ百歳体操の実践、地域で活動している方との交流会

3回目

日時：12月4日(金) 14:00～16:00

場所：住吉区役所1階(第1会議室)

内容：しゃきしゃき百歳体操の実践、認知症予防は今日からできる!

大阪市百歳体操については
こちらをご確認ください。



参加のお申込み・お問い合わせは下記まで

お問い合わせ先

住吉区役所保健こども家庭課(健康相談)



06-6694-9968