

いきいき百歳体操 各クラスの募集を行います



- ◆と き 2019年7月2日～2019年3月27日の毎週月曜日および水曜日
但し、祝日にかかる日はお休み
- ◆と ころ 旭区老人福祉センター 3階
デイルーム
- ◆対 象 大阪市内在住の60歳以上の方
- ◆参 加 費 無料
- ◆内 容 DVD教材を用いて、おもりをつ
けながら筋力運動を行います
- ◆申 込 み 6月11日(月)午前10時から **来館にて受付**

大阪市立旭区老人福祉センター
指定管理者：(社福)リベルタ
住所：大阪市旭区森小路2-5-29
電話：06-6955-1377
✉ asahiroufuku@aurora.ocn.ne.jp

月曜日10時～10時30分クラス
募集人数：5名(先着順)

水曜日10時～10時30分クラス
募集人数：8名(先着順)

月曜日11時～11時30分クラス
募集人数：20名(先着順)

水曜日11時～11時30分クラス
募集人数：5名(先着順)

きりとり

きりとり

きりとり

きりとり

いきいき百歳体操 申し込み用紙

月曜日 10時() 月曜日 11時() 水曜日 10時() 水曜日 11時()

★ご希望のクラスに○を付けてください。

お名前 _____

年齢 _____ 歳

ご住所 _____

電話番号 _____

