

健康体操



だれでも手軽にできて身体が楽になる！

ゆったりとしたリズムで気持ちの良い体操です。

《とき》3月17日（木）午前10時30分～12時

《場所》城東区老人福祉センター 大広間

《講師》笠作 弘子さん(大阪市生涯学習インストラクター)

《費用》無料 《定員》15名（先着）

《対象》利用証をお持ちの方

《持物》飲み物・汗拭き用タオル

※動きやすい服装、靴でお越しください。

《受付》2月24日（木）午前10時より

ご本人様が来館にて受付

主催：大阪市立城東区老人福祉センター 指定管理者 社会福祉法人リベルタ
城東区中央3-5-45 TEL：06-6932-0017