



7月コース

# ミツクアスミゆるじっく体操

音楽に合わせて、ゆったりとした  
体操をします！



開催日	令和元年 7月5日・19日 (第1・3金)		
時間	いずれも 午前10:00~11:30		
講師	音楽ヘルパー2級・介護予防運動指導員 I z u m i		
募集人数	30名 (申込先着順)		
持ち物	手拭い・あれば5本指靴下	参加費	無料
受付開始	6月17日(月)より		

近鉄奈良線 枚岡駅近く ☎または事務所窓口にて受付  
東大阪市五条町9-45  
五条老人センター ☎072-985-3751

車での来館はご遠慮ください