

令和6年度 角田総合老人センター

# バランス健康体操教室

開催日時 **9月18日(水)**

- ① 午前10時～11時30分
- ② 午後1時～2時30分

**①②いずれかを選んでください**

場所 **角田総合老人センター 2階 研修室**

講師 **健康体操インストラクター  
森田 瑞穂 氏**

内容 **姿勢改善体操**  
定員 **各35名**

持ち物 **水分補給の飲料**

**あれば5本指のグツ下**

**※体操のできる服装で参加してください。**

受付開始 **9月 5日(木)～ 先着順**

申込方法 **電話、または直接窓口へ**

申込先 **東大阪市立角田総合老人センター**

**〒578-0912**

**東大阪市角田2-3-8**

**TEL (072)962-8011**

