

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 **11月20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

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 **11月 7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

