

2023年度 高井田老人センター



楽しくトライ体操

3回コース

内容は、
楽しくトライ体操
筋トレ 脳トレ
レクリエーション等



ボランティアグループ「ハミング」 指導員：楽しくトライ体操推進員

日 時 1月18日(木) 午前10時00分～11時30分
2月29日(木) 午前10時00分～11時30分
3月21日(木) 午前10時00分～11時30分

場 所 高井田老人センター 大広間

対 象 者 東大阪市在住で60歳以上の方

募集人数 40人 ※申込多数の場合抽選

持 ち 物 タオル、飲料水(水分補給)、マスク(任意)

※動きやすい服装でお越し下さい。

申込期間 令和5年12月18日(月)午前9時～

22日(金)午後5時まで

申込方法 電話 又は 直接事務所まで

申 込 先 東大阪市高井田老人センター

☎577-0054 東大阪市高井田元町1-2-13

☎(06)6789-3751

抽選結果は、
1/9(火)～12(金)迄
利用者番号を掲示板に
張り出します。

