

気功体操

全5回コース(前期)

第2木曜日クラス

日時 4月10日・5月8日
6月12日・7月10日
9月11日

午前10時～11時30分

第4木曜日クラス

日時 4月24日・5月22日
6月26日・7月24日
9月25日

午前10時～11時30分

※どちらかのコースを選んでください



場 所：高井田老人センター 大広間

講 師：鈴木 和子 先生

受 講 料：無 料

定 員：40名 (抽選)

持 ち 物：汗ふきタオル、飲料水 (水分補給)

対 象 者：市内在住60歳以上方

申込期間：令和7年3月4日(火) 午前9時～

3月6日(木) 5時迄の3日間です

申込方法：電話 又は 直接窓口まで

申 込 先：東大阪市立高井田老人センター

〒577-0054 東大阪市高井田元町 1-2-13 2F

☎06-6789-3751.

呼吸に合わせて
ゆったりと動く体操

抽選結果は、
3/24(月)～
高井田老人センター
ラウンジに利用者番号を
貼りだします