

気功体操

全5回コース(前期)

第2木曜日クラス

日時 4月9日・5月14日
6月11日・7月9日
9月10日

午前10時～11時30分

第4木曜日クラス

日時 4月23日・5月28日
6月25日・7月23日
9月24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8年3月3日(火)午前9時～

3月5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、
3/18(水)～
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