

2026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  
脳トレ  
筋トレ  
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 5月21日(木) 午前10時00分～11時30分  
6月18日(木) 午前10時00分～11時30分  
7月16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 汗拭きタオル、飲料水(水分補給)、

※動きやすい服装でお越し下さい。

申込期間 令和8年4月6日(月) 午前9時

～8日(水) 午後5時までの3日間

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

4/22(木)  
当選された方の  
利用者番号を掲示板に  
張り出します。  
ご確認をお願いします。