

高槻市立春日老人福祉センター8月行事案内

『元気体操クラス』

8月3日(水)・5日(金)・9日(火)・19日(金)・23日(火)

2階 集会室 持ち物：タオル、お茶など

整理券は、①部 ②部 共に13：45に配布致します

①部 受付・血圧測定 13：45～ 体操14：10～14：40

②部 受付・血圧測定 14：55～ 体操15：10～15：40



『健康サポートひろば』

8月12日(金)

1階クラブ室 14：00～15：30

個別に健康相談や血圧測定を行うほか、あらゆるテーマで「健康」を学びます。



『すこやかエイジング講座』(初級編)

8月24日(水)

1階 スタジオ100 持ち物：タオル、お茶など

受付・血圧測定 13：45～ 14：00～15：30

生活習慣病対策と介護予防の基本をお伝えします



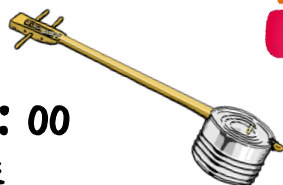
ロビーコンサート

『夏の終わりの演奏会』

9月1日(木) 13：30～14：00

演奏：阿武山カンカラ三線隊

心の豊かさを大事にした音色と一緒に“ちむどんどん”感じよう！



『オンラインでますます元気体操』

8月1日(月)・12日(金)・15日(月)

23日(火)・30日(火) 10：30～11：30

1階 スタジオ100 定員：14名(当日先着順)

『Wi-Fi接続と市公式LINE登録講座』

8月17日(水) 13：30～14：30

1階 スタジオ100 定員：10名

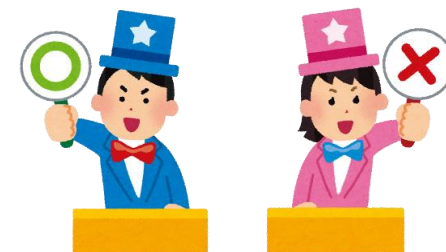
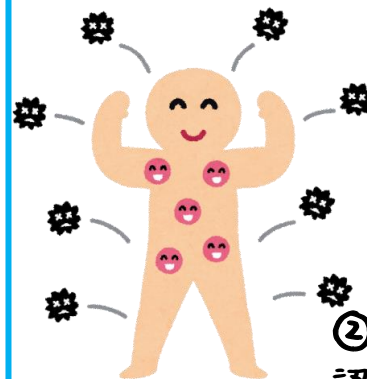
申込開始日：8月3日(水) 朝9時から

春日すこやかテラス 電話：072-671-7872



① 『だ液をふやして身体の免疫カアップ!』

口腔講話 講師：米澤氏(歯科衛生士)



② 『脳トレやってみよう!』

認知症予防 講師：笹田氏(看護師)

8月25日(木) 13：30～14：30

1階 スタジオ100

定員：14名

(申込制 先着順)

