

初夏の健康講座 **パンジー学園**

いろいろなテーマで、心とからだの健康づくり

日 程 ①5月23日(木) 午後1時30分～2時30分 ※筆記具持参
 ②5月30日(木) 午後1時30分～3時
 ③6月 6日(木) 午後12時20分～3時ごろ

定 員 50名(対象は、市内在住の60歳以上の方)

参加費 100円(実習資料代・行事保険代等) ③の交通費は自己負担です。

会 場 ①、②東成区老人福祉センター ③ 明治なるほどファクトリー大阪




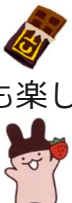
申込み 4月25日(木) 午前9時30分からセンターにて、

参加費を添えてお申し込みください。先着順で受け付けます。

※2回以上参加できる方を優先 ※申し込みは本人に限ります。(代理申込み不可)

【問合せ】 東成区老人福祉センター 大今里西3-6-6 ☎6972-0855



日 時	テ ー マ	講 師 等
1 講座 5月23日(木) 1時30分～2時30分 場所:東成区老人福祉センター	口から健康寿命を延ばそう 歯科医師の先生によるお話です。 	東成区歯科医師会 土井一彦 歯科医師 
2 体験 5月30日(木) 1時30分～3時 場所:東成区老人福祉センター	元気ワクワク健康教室! (テーマ:腰痛予防) 腰痛予防運動をします。 	公益財団法人 大阪ガスグループ福祉財団 健康事業部 「K」フィットネス企画/ マッサージきむら健公庵 代表 木村公一 先生
3 見学 6月6日(木) 【集合・出発】 12時20分 JR大阪駅 1階中央コンコース 「鉄道・大阪観光案内所」 集合	お菓子の製造過程を見学できます! 場所:明治なるほどファクトリー大阪(高槻市) チョコレートの栄養素や健康効果なども楽しく学ぶことができます。 	明治なるほどファクトリー大阪 大阪府高槻市朝日町 1-10 ※ 交通費は自己負担です

「パンジー学園」のココがポイント!

- ★身近な問題をテーマに講演や施設見学などを通じて、いろいろなことを学びます。
- ★仲間と一緒に楽しく、また、新しい仲間づくりを!!

東成区老人福祉センター ☎6972-0855