

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 ①~~6月10日(木)~~ ⇒11月に延期予定
②7月20日(火) 14時～15時30分 ※筆記具持参
③~~6月24日(木)~~ ⇒11月に延期予定






定員 20人(対象:市内在住の60歳以上の方)

参加費 無料 会場 東成区老人福祉センター 3階 会議室

申込 6月22日(火) 10時から来館か電話にて受付
先着順で受け付けます。※申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 体験 6月10日(木) ※11月に延期予定	健康リズム体操 (テーマ:脚腰丈夫で若さUP!) リズムに合わせて楽しく全身を動かします。 	公益財団法人 大阪ガスグループ福祉財団 健康事業部 リズム体操研究会 河野 三千代 さん他
2 講座 7月20日(火) 14時～15時30分	放っておけないサイレントキラー 血管年齢測定 健康を守る生活習慣づくりの大変さをもう 1度見直しましょう。 ※今年は近畿中央ヤクルト販売(株)さんによる ヤクルト健康スタンプラリー(3回講座)を 開催します。この講座はその1回目となります。	近畿中央ヤクルト販売株式会社 総務統括部 広報部 広報課 係長 戸川 真早美 さん
3 講座 6月24日(木) ※11月に延期予定	東成区歯科医師会の先生による お口のお話 	東成区歯科医師会 

「パンジー学園」のココがポイント!

- ★ 健康づくりに関するいろいろなことを楽しく学びます。
- ★ 3回シリーズで新しい仲間づくりができます。

東成区老人福祉センター ☎6972-0855

東成区老人クラブ連合会 共催事業

- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響により、講座を延期又は中止することがありますので、ご承知おきください。