

令和5年度

健康体操教室

健康に関するの教室と体操です。
いつまでも健康で暮らすための、
日常的な工夫を楽しく学びましょう！！
誰もが気軽に楽しく参加出来る体操教室です。

日時

毎月第1・3木曜日

10:00～11:00

参加料

100円/月2回

対象

岸和田市在住65歳以上の方

定員

20名

講師

佐藤 登志み

場所

2階 集会室

持ち物

体操の出来る服装・運動靴・タオル・水分補給の飲み物

申込

3月20日（月）～3月31日（金）

窓口またはお電話で受け付けます。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、自宅で検温してマスク着用でお越し下さい。
感染の状況に応じて、中止する場合があります。

岸和田市立高齢者ふれあいセンター朝陽
【指定管理者ビケンテクノ】

〒596-0041

大阪府岸和田市下野町5丁目3番8号

TEL:072-438-4456 FAX:072-438-4458

開館時間:9:00～17:15

休館日:水曜日・祝日・年末年始(12/29～翌1/3)

URL:<https://kishiwada-fureai.net/>



高齢者ふれあいセンター朝陽
ホームページ

