

80GO (フレイル予防) すごろく

in 高井田老人センター

9月30日 (火) 10:00~11:30

(受付開始時間 9:30~)



講師:大阪樟蔭女子大学

Re:Shoinきずなとれいる

「フレイル予防」について楽しく学べる

80GO※ すごろくを作りました!!

一緒に学んで、体を動かしましょう♪

※: 80GO (ハチマルゴー) とは「80歳になっても自分の足で歩いて外出ができる」ことを示す言葉です。

スタート



STOP

ゴール



先着**28**名様限定!!

予約開始

9月10日 (水) 9:00~

高井田老人センターに来所
または電話にてご予約下さい!

★ご本人様からの応募に限らせていただきます

申込先: 東大阪市立高井田老人センター
〒577-0054 東大阪市高井田元町1-2-13
TEL 06-6789-3751