



ハチマルゴー

80GO マーじゃん

～ツモって脳トレ！フレイル予防～



日時

9月29日(火) 10:30～12:00

受付開始 10:00～

会場

高井田老人センター

参加費

無料

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※ マーじゃん」

を作りました♪
一緒に楽しんで
脳を鍛えましょう！！

※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。

初心者大歓迎！！

先着24名様限定！！

申込開始 9月10日(木)9:00～

高井田老人センターに来所、
またはお電話にてお申し込みください！
※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