

いっしょに歌体操して



参加費無料

みんなできいきき元気になろう!

ロコモ体操のご案内

ロコモ体操開催日:

毎月第1土曜日 13:30~15:00

場所: 大嶋クリニック2F (〒567-0829 大阪府茨木市 双葉町8-19)

Tel: 072-633-0119

毎月第3日曜日 13:10~15:00

場所: 茨木聖書教会 (〒567-0891 大阪府茨木市水尾2-7-17)

Tel: 072-635-4074

不定期土曜日 13:30~15:00

場所: サロン・シャローム並木 (〒567-0892 大阪府茨木市並木町20-26並木ハウス1F)

Tel: 072-635-4074

開催日は変更することがあります。各場所にお問い合わせください。

プログラム

- 1.歌いながら体操・・・声をあげて元気よく、楽しく!
- 2.健康秘話・・・その時々健康情報などのトピックス



茨木聖書教会にて



大嶋クリニックにて