

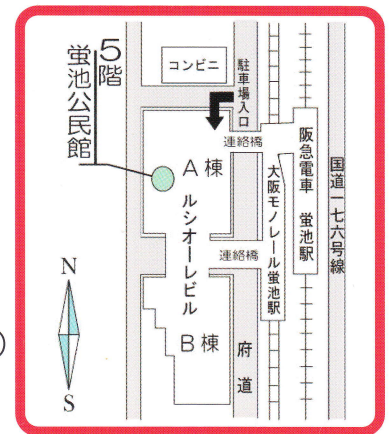
第1回 シニアのための【ワークライフバランス講座】

シニア世代の体づくり

**元気で働き続けるために
足腰と体幹をきたえよう！**

日時：2019年**4月24**日（水）
14:00~15:30

場所：**蛍池公民館 5階 第1集会場**
豊中市蛍池中町 3-2-1
(阪急宝塚線蛍池駅・大阪モノレール蛍池駅西側)



内容：**・「シニア世代の体づくり」の話**
・足腰・体幹をきたえるための運動の実技指導

理学療法士 片平 達也さん

対象：**おおむね55**歳以上のシニア

定員：**30**名 **先着順・事前申込**

主催：**とよなか生涯現役サポートセンター “Sサポ”**
【豊中市生涯現役促進地域連携事業推進協議会】
*当協議会は厚生労働省の「生涯現役促進地域連携事業」の受託団体です。



シニア
応援団

お申込・お問合わせ先
とよなか生涯現役サポートセンター “Sサポ”

Tel : **06 - 6152 - 7662**

受付時間：月～金 10:00～18:00