

2019年 懐かしい歌♪歌おう会

声を出すことで喉や顔の筋肉の運動になります。

誤嚥性肺炎の予防と認知機能の低下予防のための教室です。

ご自分のペースで声を出しながら継続した参加が介護予防に繋がります。

・千里山コミュニティセンター (<http://sen-com.org/>)

時間 10時00分～11時30分まで

日程 4月22日(第4月曜日) 5月27日(第4月曜日)
6月24日(第4月曜日) 7月22日(第4月曜日)
8月5日(第1月曜日) 9月9日(第2月曜日)

・千里ニュータウンプラザ

(http://www.city.suita.osaka.jp/home/soshiki/div-shimin/senrisyu/_79684/sennrindowntownplazaaccess.html)

時間 10時15分～11時45分まで

日程 4月19日(第3金曜日) 5月17日(第3金曜日)
6月21日(第3金曜日) 7月19日(第3金曜日)
8月23日(第4金曜日) 9月20日(第3金曜日)

・千里丘市民センター (<http://suitacc-ogbc.jp/senrioka/map/index.html>)

時間 10時15分～11時45分まで

日程 4月18日(第3木曜日) 5月16日(第3木曜日)
6月20日(第3木曜日) 7月18日(第3木曜日)
8月22日(第4木曜日) 予定 9月19日(第3木曜日) 予定

会費：半期6回分 3,966円(一括納入)
途中入会の場合はお問合せください。
体験料(1回限り)700円です。

お問合せ電話番号：06-6380-3844