

健康づくり講座

2026年(令和8年)

はやりうた 流行り歌ビクス

おなじみの演歌や懐かしい曲にあわせて

簡単にできるエアロビクスです！

楽しく動きを繋いで生活体力の向上を目指しましょう！

2月10日(火)

午後 2時～3時



【場所】西区老人福祉センター1階ホール

【講師】大阪ガスグループ福祉財団

健康事業部

【定員】40名(抽選) 【持ち物】マスク(推奨)・水分

【申込み】2月3日(火)・4日(水)

午前10時～午後5時 電話または来館・本人に限ります

【抽選発表】2月5日(木)

午後2時以降、電話または来館にてご確認ください

【問合せ】西区老人福祉センター 西区本田3-7-2 06-6582-9552