

堺コッカラ体操



大広間



2月 12 日(木)

午後2時00分～

2月 26 日(木)

午後2時00分～

イスに座ってら～くらく

歌にあわせ手を動かせば

頭スッキリ 認知防止。

堺老人福祉センター