

堺コッカラ体操



大広間



7月 9 日(木)

午後1時50分～

7月 23 日(木)

午後1時50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