

堺コツカラ体操



大広間



7月 9日 (木)

午後2時00分～

7月 23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