



堺コツカラ体操

音楽に合わせてコツカラ体操



時 間

10月8日(木)・10月22日(木)

13:50~15:00

場 所

大広間



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 認知症予防。

堺市立堺老人福祉センター 【指定管理者株式会社ビケンテクノ】

〒590-0822 堺市堺区協和町3丁128-4

☎ 072-244-7155 FAX 072-243-4078

開館時間:9:00~17:15

休館日:毎週日曜日・祝日・年末年始(12/29~翌1/3)

ホームページ <https://sakai-fukushi.net/>



堺市立堺老人福祉センター
ホームページ

