堺コッカラ体操

音楽に合わせてコッカラ体操

時　間　1月14日(木)・1月28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/

ホームページ

