

明石市と清華苑の共同事業

シニアのための 姿勢が良くなる！ バレエ体操

現役作業療法士がバレエの要素を取り入れた運動を考案しました。
男女問わず、お気軽にご参加下さい！

講師プロフィール

溝部 あや

社会福祉法人 三幸福社会
老人保健施設 清華苑養力センター 所属
作業療法士 バレエ経験者

開催
日時

毎月 第1木曜日 13:30～

※5月は、祝日のため第2木曜日の開催となります

受付開始 13時から
開催時間 13時30分～14時30分
開催場所 明石市立ふれあいの里大久保 多目的室
明石市大久保町大窪3423
対象者 60歳以上の明石市民

問い合わせ先 明石市立ふれあいの里大久保
Tel 078-936-5048

40名定員
受付先着順

男性の参加
も大歓迎

介護相談会
同時開催

参加費
無料



兵庫県
地域サポート施設
兵庫県知事認定



社会福祉法人 三幸福社会
清華苑
miyukifukushikai seikaen