

健康体操教室

音楽・映像を使った健康づくり

DKエルダーシステム（最新音響機器）で音楽・体操・映像を使って、
運動・栄養・口腔・認知症に関するプログラムを行います。
歌って、体を動かして健康になりませんか。



日 程 令和8年2月17日（火）、2月26日（木）
3月18日（水）、3月27日（金）

時 間 午前10時～11時

場 所 八幡人権・交流センター

対 象 市内在住・在勤の人

定 員 20人（各教室）

参加費 無料

1日だけの参加OK！

申 込 各開催日の前日までに高齢介護課へ

もしくは下記二次元コード（申込フォーム）にて



※当日は動きやすい服装で、

飲み物を忘れずにお越しください



土足OK！



問い合わせ

八幡市高齢介護課 地域支援係

075-983-5471（直通）

けんこう大使 やわたん



二次元コード