



吹田市制施行 80周年記念事業

# 元気になろう！

## 年齢に負けない体と心と頭

### いきいき生活習慣 参加費無料

- ① 9月8日（火） 千里丘市民センター
- ② 9月28日（月） 千里丘市民センター
- ③ 10月11日（日） 山田ふれあい文化センター
- ④ 11月8日（日） 山田ふれあい文化センター
- ★追加 ⑤ 3月15日（月） 千里丘市民センター

時間はいずれも 13:30～15:00

新型コロナウイルス感染症対策を十分に行ったうえで  
開催いたします。

### 足腰と体幹を強くする運動と

### メンタルの講演

動きやすい服装とシューズ

水分補給の飲み物、マスク着用

お問い合わせ、お申し込み先

ハッピーファミリーグループ池端

E-mail: [ikebata@happyhiro.jp](mailto:ikebata@happyhiro.jp)

U R L : <http://www.happyhiro.jp>

TEL: 090-9691-5337

