みずほ体操

いっしょに動けば心も体も軽く

対象　：　65歳以上のご自身で来所可能な方
場所　：　リハビリテーション室
服装　：　動きやすい服装、運動靴
持ち物：　マスク、飲み物、タオル
参加費：　無料

事前の電話予約をお願いします
椅子に座ったままでも参加できます

2026
9.12（土）
14：30～15：15

介護老人保健施設みずほ倶楽部
大阪市天王寺区清水谷町5-27

TEL 06-6767-2311
担当：柴田・浅野