

街かどデイハウス 「高麗いきいきクラブ」



- [名称] *街かどデイハウス「高麗いきいきクラブ」
- [開催場所] *〒577-0055 東大阪市長栄寺4-12
- [連絡先] * ☎06-6782-6401 *携帯 080-1483-5114
- [開催日時] *月曜日～木曜日（週4日）*午前11時～午後3時まで
- [利用料（給食費を含む）] *利用料・720円（手作り昼食付き）（3時のおやつ付き）
- [その他の費用の有無] *その他は 全て無料です。（誕生日会も無料です）
- [主な活動内容] *運動と頭の体操で、介護と認知症を予防して
健康で楽しい老後を目指しています。

	11:00～	12:00～13:00	13:00～15:00
月曜日	健康チェック・ 転倒予防体操	手作り 昼食	口腔、創作を楽しむ （認知症予防・運動） 今日は何の日・お習字・椅子体操
火曜日	健康チェック・ 転倒予防体操	手作り 昼食	口腔、楽しく運動 （運動・認知症予防） ストレッチ・呼吸法・読み、書き、計算
水曜日	健康チェック・ 転倒予防体操	手作り 昼食	口腔、ハングル・文字 （認知症予防・運動） トラベル 会話、＜楽器演奏＞
木曜日	健康チェック 民謡 歌謡曲を楽しむ	手作り 昼食	口腔、卓球、ウォーキング （運動・認知症予防） ラジオ体操・太極拳 読み、書き

ご興味のある方は、上記の連絡先にお電話ください！