

9th
職員と一緒に!!

令和8年夏バージョン

ゆる～い筋トレ & ストレッチ



各20名 申込先着順

- ① 6/30・7/7・14・21 (火)
- ② 7/9・16・23・30 (木)
- ③ 7/29・8/5・12・19 (水)
- ④ 8/7・14・21・28 (金)
- ⑤ 8/17・24・31・9/7 (月)

すべて 10:00～11:30

申込日: 6/2(火)～ 定員に達するまで

①～⑤のうち3つまで申込可能です



東大阪市立
長瀬老人センター

06-6720-5653
東大阪市長瀬町2-11-19

ご来場の際は、公共交通機関の
ご利用をお願い致します。

最寄り駅: JR長瀬駅 (JRおおさか東線) 徒歩7分
近鉄長瀬駅 (近鉄大阪線) 徒歩8分

