

令和4年度

～全8回シリーズ～

はじめての 健康ダンス教室

参加費:無料

(但し、保険代として240円を
初日に徴収いたします)

新型コロナウイルス感染症の感染状況により、
中止になる場合があります

ダンスのリズムに乗って楽しく取り組みながら、認知機能の向上を目指しましょう♪

開催日		時間(受付は15分前より)	主な内容
①	令和4年 7月13日(水)	10:00～12:00	認知症予防のための講演 (講師:奈良県立医科大学老年看護学・澤見教授)
②	令和4年 7月20日(水)	10:00～11:00	ダンスレッスン ※全ての回で行います
③	令和4年 7月27日(水)		
④	令和4年 8月3日(水)		
⑤	令和4年 8月10日(水)		
⑥	令和4年 8月17日(水)		
⑦	令和4年 8月24日(水)	10:00～12:00	測定
⑧	令和4年 9月7日(水)	10:00～11:00	測定結果のフィードバック

ダンスレッスンを通して、転倒・介護予防とシニアの皆さんの運動習慣定着のきっかけを提供します。初回と後半に身体の状態を測定(大学との共同研究により実施)することで、ダンスを通じた身体の変化を感じることができます!



会場 淀川区民センター ホール(野中南2-1-5)

服装 動きやすい服装(ポロシャツ・Tシャツなど)・靴(運動靴やスニーカーなど。ヒールがあるものはケガにつながるので不可)

持参品 汗拭きタオル、お着替え(必要であれば)、飲み物

講師 公益社団法人 日本ストリートダンススタジオ協会

対象 60歳以上の健康な淀川区民(8回全て参加可能な方)
(老人福祉センター利用証をお持ちの方も可)

お申し込み:電話または来館にて受付

大阪市淀川区社会福祉協議会
TEL:06-6394-2900

受付期間:6月6日(月)～定員になり次第終了

先着50名
ですよ～!



主催:大阪市淀川区社会福祉協議会(生活支援体制整備事業、淀川区老人福祉センター、淀川区地域包括支援センター)
協賛:淀川区民センター
協力:奈良県立医科大学老年看護学・名古屋学院大学リハビリテーション学部

社協HP→



参加にあたっての注意事項:本イベントで取り扱う個人情報につきましては主催者・運営協力者と共有させていただきますことご了承ください。なお、それらの個人情報は個人情報保護に関する関係法令に基づき適正な管理を行います。