

大東市スポーツ施設 3 館連携事業

誰もが日常的に運動、スポーツを親しむことで、心身の健全な発達を目的とし、今回は「認知予防」をテーマに大東市内におけるスポーツ施設3館が様々な内容で事業を実施します。是非、各施設へ足を運んで健康的に過ごしましょう。



✓ 認知症予防音楽ケア体操

日時 | 2024年2月6日(火) 13時～14時
会場 | 大東市立北条体育館 (いいもりぶらざ内)
定員 | 50名 (要予約)
費用 | 500円
講師 | 田伐 マリ子さん
▪ 国際技能・技術振興財団認定
▪ 認知症予防ケア体操指導員
申込み | 1/29(月)～2/2(金) 電話または来館受付



✓ 脳トレ体操で認知予防

日時 | 2024年2月8日(木) 10時～11時
会場 | 大東市立市民体育館 会議室
定員 | 20名 (要予約)
費用 | 500円
講師 | 池田 勝彦さん
健康運動指導士の資格を持ち、シニア向けの運動指導やトレーニング指導をしています。
申込み | 電話または来館受付



✓ 認知症予防体操「コグニサイズ」

日時 | 2024年3月20日(水・祝) 14時～15時30分
会場 | 大東市立歴史とスポーツふれあいセンター
4F 多目的室1
対象 | 50歳以上
定員 | 16名 (要予約)
講師 | 四條畷学園大学リハビリテーション学部
教授：野口 裕美さん
申込み | 電話または来館受付



上記2つ以上参加された方は、各施設の4月開催のイベント事業に無料で参加いただけます。詳細は、参加される施設にお問い合わせください。

大東市スポーツ施設 ホームページの案内

3館連携事業の詳細については、
右記QRコードまたは、各施設に
お問い合わせください。

大東市立
北条コミュニティセンター



TEL 072-812-7900

大東市立歴史とスポーツ
ふれあいセンター



TEL 072-876-7011

大東市立
市民体育館



TEL 072-871-3201