

ディスコ DE フレイル&認知症予防



日時：令和8年7月9日（木）13時30分～16時00分（開場13時）

会場：中央公民館1階 ホール

参加費：500円（コーヒー等※・お茶菓子の代金）

※お申し込み時に、お茶会での飲み物（コーヒー・紅茶・オレンジジュースのいずれか1つ）をご選択ください。

定員：先着50名

対象：おおむね65歳以上の市民

内容：①ディスコタイム

ウォーミングアップとステップ練習のあとディスコの音楽に合わせて踊ります

②お茶会（コーヒー等の飲み物、お菓子あり）

管理栄養士による栄養講話もあります

申込期間：6月30日（火）まで

申込方法：①～③いずれかの方法でお申し込みください。

①電子申請 右記2次元コードを読み取りお申込ください。

②電話申込 0797-77-2075（平日9時～17時）

③FAX申込 0797-71-1355

以下のFAX送信票に必要事項をご記入の上、FAXしてください。



<https://www.city.takarazuka.hyogo.jp/1060682/1060702/1061588/1061592/1056729.html>

宝塚市高齢福祉課 一体的実施事業担当者行

フリガナ	生年月日	電話番号
氏名	年 月 日	
住所	〒 宝塚市	食物アレルギーの有無 <input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり()
飲み物 (1つだけ ✓を記載)	<input type="checkbox"/> コーヒー <input type="checkbox"/> 紅茶 <input type="checkbox"/> オレンジジュース	※アレルギーの内容により、 電話確認する場合があります。
曲の リクエスト (ご希望がある 場合のみ)	リクエスト曲募集中！曲名・アーティスト名をご記載ください。	

※すべてのリクエストにはお応えできない場合があります。



問い合わせ：宝塚市役所高齢福祉課
TEL 0797-77-2075

フレイルについてはこちらを
ご覧ください→

