



泉大津市「みんなの居場所事業」

# みんなのGO

参加無料



**開催：毎月第1土曜日**

**時間：10～12時**

**会場：リハビリGO泉大津**



主催：(株)mediGO

詳細は裏面へGO→

## 2025年度開催日程

4/5 土

5/3 土

6/7 土

7/5 土

8/2 土

9/21 土

10/4 土

11/15 土

12/6 土

1/10 土

2/7 土

3/7 土

### 主な内容・時間

①10:10~11:00  
ピラティス



和泉府中のMUEERから理学療法士などのピラティス講師をお呼びします。  
無料で受けられるのはココだけですよ！

定員 先着10名

### ミニ講座

フレイル予防

栄養バランス

口腔ケア など



### 健康の見える化

体組成測定

あしゆび力測定

肺年齢測定 など

時間に関係なく個別相談も受け付けています。  
専門職に気軽に相談してみましょう♪



お茶菓子・飲み物無料!  
キッズスペースや大人がゆっくりできるカフェスペースもあります。

お弁当試食会やお菓子作りも不定期開催予定！

毎月の内容については決まり次第  
LINEにて配信しております！  
是非お友達登録してくださいね♪

お問い合わせ  
お申し込みは  
LINEから



公式LINE



インスタ

### 【会場地図】



\*駐車場はありません。近隣コインパーキングをご利用ください。