介護予防技術講習会

プロに学ぼう 介護のいろは

腰痛予防編



令和8年

11/27（金）14時～15時30分

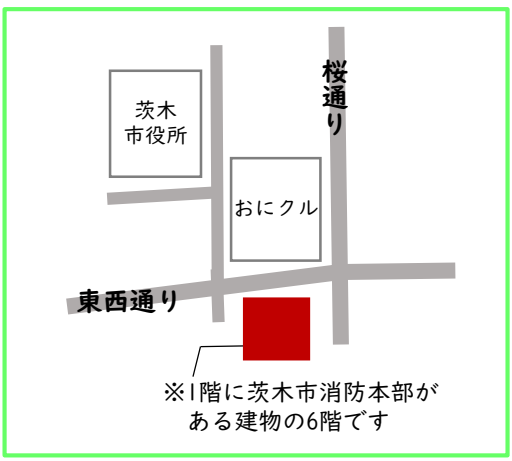
参加無料

腰痛が起きるメカニズムを知る

介護の際の気をつけるポイント

腰痛予防のための体操

対 象	市民、市内在住在勤者
実施方法	対面開催
会 場	東中条町2番13号 茨木市役所合同庁舎6階会議室



申込み方法

電話・または二次元コードからお申込みください。

■申込み開始：11月5日(木)午前９時から

■申込み・問合せ先：長寿政策課　介護予防グループ

■電　話：072-620-1637

■E-mail:keroyan@city.ibaraki.lg.jp