



## 介護予防

# サポーター養成研修

- 日時：令和8年5月9日（土）13時30分～16時30分（開場13時～）  
会場：茨木市 シニアプラザいばらき 大広間  
対象：地域での介護予防の取組に関心のある市民  
定員：先着25人（4月9日～受付開始）  
内容：1. 茨木市介護予防事業の取組  
2. 介護予防の目指すもの  
3. はつらつパスポートをもとに、介護予防や体力測定の意義などを学ぶ  
4. 体操実技や脳トレーニング実技  
費用：無料  
講師：（株）ルネサンス 佐藤ひさき氏 介護予防運動指導員  
持ち物：筆記用具・タオル・飲み物

当日は動きやすい服装でお越しください。

### 【問合せ・申し込み先】

茨木市 シニアプラザいばらき はつらつ事業事務局

電話：072-633-7770（火～金曜日13時～16時）

メール：[plazaorange@road.ocn.ne.jp](mailto:plazaorange@road.ocn.ne.jp)

担当：ブリリアントサービス M&R



\*この研修は、茨木市より地域介護予防活動支援事業

（介護予防指導者養成研修・フォローアップ研修）の委託を受け実施します。